Bell'Italia

Sardegna

NUMERO 50 MAGGIO 2016 - EURO 6,20 IN ITALIA

ENGLISH TEXT

Trimestrale

VACANZE IN PARADISO

Le spiagge più belle del Mediterraneo, i sapori più autentici, le sorprese dell'entroterra. Viaggio in un'isola dall'identità profonda. Con tutti gli indirizzi e i suggerimenti per viverla al meglio

ISSN 1594 8978
9 771594 897000 60050

EDITORIALE GIORGIO MONDADORI

Hotel Flamingo Resort
un angolo di paradiso sul mare

A corner of paradise by the sea

L'Hotel Flamingo Resort, quattro stelle che brillano per qualità e raffinatezza, comfort e gentilezza, si affaccia direttamente sul mare, sulla costa sud della Sardegna, in località Santa Margherita di Pula, a soli 45 minuti dall'aeroporto di Cagliari Elmas. Situato in posizione tranquilla, in un'oasi di bellezza naturale, tra i pini secolari che caratterizzano per chilometri la costa, le spiagge bianchissime e le acque cristalline del Mediterraneo.
Le camere standard, le Suite con vasca idromassaggio nel terrazzo e le nuove camere con vista mare, i ristoranti, il centro benessere con piscina interna, le due piscine esterne, di cui una ideale per bambini, il Miniclub, il centro fitness e i campi da tennis, beach volley e il mini golf: il vostro soggiorno in Sardegna sarà una vacanza unica e indimenticabile.

The Hotel Flamingo Resort boasts four stars that shine out for quality and refinement, comfort and courtesy.
The hotel faces directly onto the sea, on the south coast of Sardinia in the district of Santa Margherita di Pula, just 45 minutes from Cagliari Elmas airport. Lying amidst the tranquillity of an oasis of natural beauty, surrounded by centuries-old pines that line miles of coastline, ultra-white sandy beaches and the crystalline waters of the Mediterranean. Standard rooms, Suites with hydromassage tub on the terrace and new rooms with sea views, the restaurants, the health centre with indoor pool, the two outside swimming pools, one perfect for children, the Miniclub, the fitness centre, the tennis courts, beach volley and mini-golf: your stay in Sardinia will be a unique and unforgettable holiday.

addv.it

Editoriale

di Emanuela Rosa-Clot, Direttore di Bell'Italia

In copertina: la spiaggia di Tueredda, Teulada (Cagliari). **Sopra:** la spiaggia di Biderosa (Orosei).
Cover: *Tueredda beach, Teulada (Cagliari).* ***Above:*** *Biderosa beach (Orosei).* Fotografie di Alessandro Addis.

Questa primavera la Commissione Europea ha premiato un progetto dell'Università di Cagliari e dei Comuni del territorio, riconoscendo così il Sud Sardegna, da Chia a Costa Rei, come Prima destinazione sostenibile d'Europa. Perché qui lo sviluppo turistico è avvenuto preservando l'ambiente e l'identità della comunità che lo abita.
Una natura di straordinaria bellezza unita a una orgogliosa difesa della propria identità culturale fanno della Sardegna tutta un luogo davvero unico. Abbiamo voluto raccontarlo presentando in questo numero alcuni luoghi fondamentali per comprendere l'identità dell'Isola e quel senso di benessere che contagia chiunque ci si rechi anche soltanto in vacanza. Mete note come il nuraghe di Barumini o la basilica in stile romanico-pisano della Santissima Trinità di Saccargia, le spiagge di Chia e del golfo di Orosei come quelle della Maddalena, luoghi da non perdere. E inoltre, fra questi, la cucina sarda: non si può lasciare la Sardegna senza avere assaggiato la sua bottarga e il tonno, le sue verdure, i pani e il porcetto, indiscusso re della tavola. Ma non abbiamo resistito alla tentazione di proporre, come di consueto, itinerari fuori dalle rotte più battute, mete insolite da scoprire, talvolta difficili da conquistare. Come i sentieri neri dell'ossidiana sul Monte Arci, le orchidee del Parco Aymerich nel Sarcidano, la Gallura meno scontata e il vicino Monte Acuto, le miniere del Sulcis a pochi passi da importanti aree archeologiche. Abbiamo approfondito anche una teoria dibattuta, ma di sicuro fascino: l'interpretazione astronomica della costruzione di nuraghi e tombe dei Giganti. Allineamenti con i pianeti e le stelle, da verificare all'alba e al tramonto durante solstizi e lunistizi. Per vivere il mistero di un'isola magica.

This spring the European Commission awarded a prize to a project by the University of Cagliari and the district authorities, thus recognising the South of Sardinia, from Chia to Costa Rei, as the first sustainable tourist destination in Europe. This is because tourist development was carried out whilst preserving the environment and the identity of the community. Nature of an extraordinary beauty as well as a proud safeguard of one's cultural identity make the whole of Sardinia a really unique place. We wanted to raise awareness in this issue by describing some places which are essential to understand the identity of the island and the sense of wellbeing that comes over anybody visiting there, even if only for a short holiday. Places as well known as the nuraghe at Barumini or the Pisan-Romanesque Basilica of the Holy Trinity of Saccargia, the beaches at Chia and in the gulf of Orosei as well as those of the Maddalena are not to be missed. Not to be missed either is the Sardinian cuisine: you can't leave Sardinia without having tasted its fish roe, tuna, vegetables, bread varieties and pork, the king of its cuisine. We have been tempted to suggest itineraries off the beaten track, unusual destinations. Such are the paths black with volcanic obsidian on Monte Arci, the orchids in Aymerich Park in the Sarcidano, the less-known areas of Gallura and the nearby Monte Acuto, the mines of Sulcis just a few steps from important archaeological areas. We have also examined a highly debatable but fascinating issue: the astronomical interpretation of nuraghe and the tombs of the Giants. Their alignment with the planets and the stars can be verified at dawn and at sunset during the solstice. We invite you too live through the mystery of this magical island.

C'È QUALCOSA DI PIÙ PROFONDO DEL NOSTRO MARE.

CAVALCATA SARDA 2016

I COLORI, I SUONI E LE TRADIZIONI DELLA SARDEGNA.

SASSARI | DAL 19 AL 22 MAGGIO

www.comune.sassari.it

I luoghi / *The places*

Sommario Sardegna

94

102

128

Sommario Sardegna

Sommario Sardegna

162

150

170

183

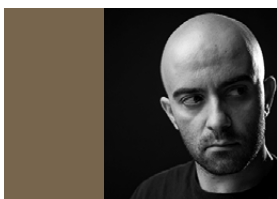
Collaboratori

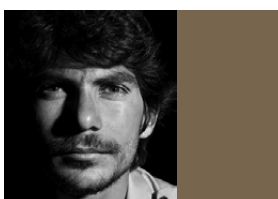
Aldo Brigaglia
Sassarese di nascita, gallurese per ascendenza famigliare, cagliaritano per scelta felice di residenza. Giornalista pubblicista, è esperto di marketing turistico, scrittore e direttore creativo dell'agenzia Tema.

Enrico Spanu
Fotografo professionista freelance, è anche editore e pubblicitario. La casa editrice che ha fondato a Cagliari pubblica raffinati volumi dedicati ai paesaggi della sua terra, "ritratti" negli oltre 100 mila scatti che ormai compongono il suo archivio.

Gianmario Marras
Fotografo professionista, è affascinato dal mondo e dall'uomo premoderno, dal naturalismo magico, dai paesaggi primordiali. La Sardegna è l'isola del suo Dna: le è grato perché gli ha regalato la bellezza di emozioni rare, che racconta con immagini e parole.

Alessandro Addis
Cagliaritano, lavora in Sardegna perché è innamorato della propria terra e delle sue coste. Paesaggista di formazione, si sta specializzando nell'uso di droni per riprese video e foto, così da superare ostacoli tecnici e guadagnare nuove prospettive.

Elisabetta Loi
Fotogiornalista freelance con tanti anni di esperienza nella cronaca alle spalle, è stata più volte in Afghanistan per documentare la missione internazionale. Ha pubblicato diversi libri fotografici e firmato servizi multimediali anche per la Rai.

Sergio Melis
Fotogiornalista freelance, si è formato all'Accademia John Kaverdash di Milano. È coautore del reportage "Il coraggio di una madre" esposto nel 2014 al Museo Man di Nuoro in occasione della retrospettiva dedicata a Robert Capa.

Dario Sequi
Videografo e fotografo da trent'anni. Ha fatto la scelta di non lasciare la Sardegna per poterne descrivere peculiarità ed eccellenze: antiche feste, remote tradizioni artigianali e gastronomiche, ma anche hotellerie di lusso e sport agonistico.

Luigi Corda
Fotografo freelance, ha formato la sua attitudine all'immagine attraverso l'amicizia e la collaborazione con numerosi artisti sardi e fotografi di livello internazionale. Il suo lavoro piu importante è il volume *100 Centenari*, dedicato ai centenari Sardi.

Franco Cogoli
Fotografo professionista dal 2000, passa presto dalla pellicola 10x12 alla tecnologia digitale. È specializzato nel settore del reportage di viaggio; suoi terreni d'elezione sono il paesaggio (urbano e naturale) e l'enogastronomia.

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO:
A cura di: Aldo Brigaglia, Carlo Migliavacca.
Photo Editor: Susanna Scafuri. **Impaginazione:** Francesca Cappellato, Franca Bombaci.
Progetto grafico e consulenza creativa: Silvia Garofoli. **Testi di:** Aldo Brigaglia, Lello Caravano, Daniele Casale, Ornella D'Alessio, Walter Falgio, Emiliano Farina, Giovanni Floris, Mario Frongia, Giovanni Antonio Lampis, Susanna Lavazza, Giovanni Manca Di Nissa, Elsa Pascalis, Michela Seu. **Traduzione in inglese dei testi:** Graham Tite. **Editing italiano e inglese e traduzioni a cura di:** Anissia Becerra. **Illustrazioni:** Giorgio Albertini, Davide Bassoli. **Crediti Fotografici: Editioriale:** Alessandro Addis/Spexi (pg.7). **Top ten Sardegna:** Enrico Spanu (pgg. 20-21, 30), Alessandro Addis/Spexi (pgg. 22-23, 24, 25-26, 28), Antonio Saba (pg.32), Alessandro Addis/Spexi, Riccardo Spila / Sime (p.25). **Al Mare in famiglia:** Alessandro Addis/Spexi (pgg. 38, 40, 42, 44). **Archeoastronomia:** Diego Maria Rossi (pgg. 66-67), Archivio Scala/Firenze (p. 68), Diego Maria Rossi, Marco Casiraghi/Cuboimages (pg.69 e 70), De Agostini Picture Library/Archivio Scala Firenze (pg.73). **Fiori d'arancio in Sardegna:** Luigi Corda (pgg. 84-85, 92); Tiffany Allen, Sergey Spirin (pg.86), Luigi Corda, Tiffany Allen (pg.87), Aldo Brigaglia (pg.88), Courtesy Delphina Hotel & Resort, Dario Sequi (pg.90). **Sant'Antioco:** Riccardo Spila/Sime (pg.114). **Oristanese:** Alessandro Addis/Spexi/Sime (pgg.144-145), Enrico Spanu (pg. 146), Francesca Mancini (pgg. 146 e 147). **Sapori in Tavola:** Franco Cogoli (pgg.150-151, 156,158,160); Antonio Saba (pgg.152 e153), Emilia Passafiume (pg.153), Alessandro Addis/Spexi (pg.154). **Sport:** Carlo Borlenghi/YCCS, Dario Sequi, Vittorio Sanguineti/Rally Italia Sardegna (pg.178), Carlo Borlenghi/YCCS (pg.180). **Eventi:** Alessandro Addis/Spexi (pgg. 183, 184, 186). **Il personaggio:** Stefano Colarieti/ LaPresse (pgg. 191 e 192).

ITINERARI SPECIALI DI BELL'ITALIA
NUMERO 50 MAGGIO 2016

DIRETTORE RESPONSABILE
Emanuela Rosa-Clot
emanuelarosaclot@cairoeditore.it

Responsabile Ufficio centrale
Elisabetta Planca Caporedattore
elisabettaplanca@cairoeditore.it
Ufficio centrale
Rossella Giarratana Caporedattore
rossellagiarratana@cairoeditore.it
Pietro Cozzi pietrocozzi@cairoeditore.it
Giovanni Mariotti giovannimariotti@cairoeditore.it
Barbara Roveda barbararoveda@cairoeditore.it
Redazione
Filippo Cerrina Feroni Inviato
filippocerrina@cairoeditore.it
Lara Leovino laraleovino@cairoeditore.it
Elena Magni elenamagni@cairoeditore.it
Carlo Migliavacca carlomigliavacca@cairoeditore.it
Sandra Minute sandraminute@cairoeditore.it
Raffaella Piovan raffaellapiovan@cairoeditore.it
Photo Editor
Milena Mentasti milenamentasti@cairoeditore.it
Susanna Scafuri susannascafuri@cairoeditore.it
Art director
Luciano Bobba lucianobobba@cairoeditore.it
Corrado Giavara corradogiavara@cairoeditore.it
Simona Restelli simonarestelli@cairoeditore.it
Impaginazione
Franca Bombaci francabombaci@cairoeditore.it
Francesca Cappellato
francescacappellato@cairoeditore.it
Isabella di Lernia isabelladilernia@cairoeditore.it
Claudia Pavesi Caposervizio
claudiapavesi@cairoeditore.it

Segreteria e ricerca iconografica
Mara Carniti maracarniti@cairoeditore.it
Paola Paterlini paolapaterlini@cairoeditore.it

Progetto grafico e consulenza creativa
Silvia Garofoli www.silviagarofoli.com

Stampa: Elcograf, via Nazionale 14, Beverate di Brivio (Lecco).

Pubblicazione periodica registrata presso
il Tribunale di Milano il 17/04/2002, n.236

EDITORIALE GIORGIO MONDADORI
divisione di

PRESIDENTE
Urbano Cairo

DIRETTORE GENERALE
Giuseppe Ferrauto

CONSIGLIERI
Andrea Biavardi, Alberto Braggio,
Giuseppe Cairo, Ugo Carenini,
Giuliano Cesari, Giuseppe Ferrauto,
Uberto Fornara, Marco Pompignoli

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ

Centro Direzionale Tucidide
Via Tucidide 56 - 20134 Milano
Tel. 02 748131 Fax 02 76118212

SARDEGNA
Alessandro Collini
Via Ravenna 24, 09125 Cagliari.
Tel. 070/305250, fax 070/343905
alessandro.collini@gmail.it

Capo San Marco - Golfo di Oristano

GIUGNINI.IT

Nieddittas.

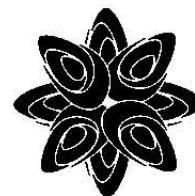
È il mare della Sardegna che rende ricco il gusto.

Le cozze **Nieddittas** ti danno il gusto pulito del mare della Sardegna. E ti garantiscono sempre freschezza e sicurezza perchè, **prime in Italia e uniche in Sardegna**, hanno la certificazione di prodotto per tutta la filiera. Infatti, **Nieddittas** segue direttamente ogni fase della lavorazione:

1. le alleviamo nel nostro mare
2. le peschiamo con le nostre barche
3. le controlliamo nei nostri laboratori
4. le depuriamo con le più moderne tecnologie
5. le confezioniamo nei nostri stabilimenti
6. le consegniamo con i nostri camion

Così, quando le porti in tavola, sei sicuro di avere scelto le migliori cozze sarde. Le più buone, le più sicure.
Le uniche con la certificazione di prodotto per tutta la filiera.

Chiedi Nieddittas nelle migliori pescherie, nel tuo supermercato di fiducia e al ristorante.

www.**nieddittas**.it

Prime in Italia con la certificazione di prodotto per tutta la filiera.

Pullman Timi Ama Sardegna

Viale dei Ginepri, 3

09049 Villasimius (CA) - Sardinia ITALY

I dieci luoghi del cuore

L'Isola è un giardino delle delizie ed è difficile scegliere 10 luoghi speciali. Lo abbiamo fatto ascoltando solo il nostro cuore / *Sardinia is a garden of Eden and it is a hard work to choose only ten places; we did it following our heart*

Testi **Lello Caravano**

1. Cala Mariolu Un angolo di paradiso nel bel mezzo del Golfo di Orosei. / *A heavenly vision in the Gulf of Orosei.*

2. Capo Ferrato Una tavolozza di colori nel Cagliaritano. / *An astonishing palette of colours in the Cagliari province.*

3. Turr'e Seu La perla dell'Area marina protetta del Sinis. / *Pearl of the Sinis protected marine Area.*

4. Bosa *Is Conzas*, le antiche concerie sul Temo. / *The ancient tanneries on the river Temo.*

5. Cala Spinosa Giochi di granito sul mare a Capo Testa. / *A waterfall of granite rocks, near Capo Testa.*

6. Flumendosa Il cuore selvaggio della Barbagia di Seulo. / *The wild heart of the Barbagia of Seulo.*

7. Cala Domestica Il fiordo delle sorprese nella costa del Sulcis. / *A surprising fjord on the coast of Sulcis.*

Biderosa | Orosei

Un tuffo nel mare di 60-70 anni fa: cinque spiagge a numero chiuso, alle spalle una pineta di 900 ettari con ginepri e palme nane. Silenzio, mare trasparente, bassi fondali, rocce di granito sull'acqua e sabbia bianca e finissima: Biderosa è una vera superstar del golfo di Orosei (e quest'anno il mare non ha invaso il litorale di posidonie).

A dip in the untouched sea of 60-70 years ago: Biderosa keeps its promises. Five restricted access beaches, a pine forest of 900 hectares with junipers and dwarf palms, silence, crystal clear shallow waters, granite rocks and a very fine white sand: this special place is a true superstar of the Gulf of Orosei (this year the sea has not damaged the underwater meadows of Posidonia oceanica*).*

INFO Biderosa è a numero chiuso: max 140 auto al giorno. Aperto: maggio-ottobre, 7,30-20. Parcheggi, chiosco-bar e noleggio canoe, sdraio e ombrelloni. Ingresso 12 € ad auto, 1 € a persona. / *There's a restricted access to Biderosa: 140 cars every day maximum. Open: May to October, 7,30 to 20. Parking lots, bars; canoes, deck chairs, beach umbrellas rental. Admission 12 € per car, 1 € per person.* **Cooperativa Le Ginestre, 333/179.83.35, oasibiderosa.com**

Ristorante Hotel Biderrosa. Specialità di mare; conto 30-40 €. / *Seafood; average check: 30-40 €.* **Orosei (NU), Località Su Ponte Sa Mela, 0784/911.77, www.hotelbiderrosa.it**

Cala Mariolu | Baunei

È la più bella, travolta da una valanga di entusiastiche adesioni su TripAdvisor: Cala Mariolu è al primo posto nella speciale classifica che raccoglie le recensioni dei turisti. Incredibile il colore del mare, incredibili i sassolini di calcare che le hanno dato il nome originario: *ispuligi de nie*, "fiocchi di neve" la chiamano i baunesi. Il *mariolu* è la foca monaca che rubava i pesci dalle reti dei pescatori ponzesi, e per questo fu decimata. La perla del golfo di Orosei è raggiungibile via terra (a piedi) o via mare: niente strade né auto, case o cemento. Solo paradiso.

It's simply the best: Cala Mariolu is the first among the TripAdvisor Top Ten Beaches in Italy. It's not by chance. Locals call it Ispuligi de nie*, "snowflakes", for the astonishing colours of its limestone pebbles; the colours of its waters, once inhabited by monk seals (*mariolu*), are still more unbelievable. It's a pure heaven: no cars, no roads, no buildings, only silence.*

INFO Cala Mariolu si può raggiungere a piedi dall'altopiano del Golgo con le guide: / *To get Cala Mariolu from the Golgo plateau, walking with a guide*: **Cooperativa Goloritzè, 368/702.89.80, www.coopgoloritze.com** Gite in barca a Cala Mariolu e alle calette della costa di Baunei: / *Boat trips to Cala Mariolu and to the other coves of the Baunei coast:* **Nuovo Consorzio Marittimo Ogliastra, 0782/62.80.24, www.mareogliastra.com** Due ristoranti sull'altopiano del Golgo, menu ogliastrino, prezzo medio 30 €: / *Two restaurants on the Golgo plateau, typical cuisine, average check 30 €:* **Il Rifugio, località Golgo-Baunei, 368/702.89.80** e **Il Golgo, località Cala Goloritzè, 0782/61.06.75**.

Capo Ferrato | Muravera

Ci sono le rocce rosa, quelle scure, il verde della macchia e i fondali da snorkeling che fanno sognare per i colori che regalano. Capo Ferrato è un piccolo paradiso per chi vuol fare trekking, per i bikers, per gli appassionati delle immersioni a caccia di relitti, di gorgonie e spugne. Tutto in poche decine di ettari che guardano la spiaggia di Costa Rei, nella costa sud-orientale. Da non perdere i tuffi nelle due spiagge di Cala sa Figu e di Portu S'Ilixi: sabbia, scogli di granito e il blu di un mare incredibilmente pulito.

The colours of the rocks, of the maquis and of the seabed are astonishing: Capo Ferrato is a small paradise and an ideal place for hikers, bikers and divers (there are interesting wreckages and beds of sea fans and sponges). Everything is concentrated in a few tens of hectares watching the beach of Costa Rei, in the south-east coast. Do not miss to dip in the crystal clear waters of Cala sa Figu and Portu S'Ilixi.

INFO Per le immersioni e le escursioni ai relitti e nell'Area Marina Protetta di Capo Carbonara: / *Diving trips to shipwrecks and to the Marine Area of Capo Carbonara:* **Centro Immersioni Sardegna, Muravera (CA), località Costa Rei, via delle Agavi, 070/99.13.99, 338/979.79.79, www.sardiniadiving.com** Ristorante, specialità di mare, conto 30-40 €: / *Restaurant, seafood, average check € 30-40:* **Su Nuraxi, Muravera (CA), via Roma 257, 070/993.09.91, www.sunuraxi.com**

9. Nuraghe Arrubiu Il gigante del Sarcidano ha 3.500 anni. / *The 3,500 years old giant of Sarcidan.*

Nuraghe Arrubiu | Orroli

Il gigante rosso è un baluardo inespugnabile. 5.000 metri quadrati di stanze, scale, corridoi, cortili, una torre centrale alta 14 metri (in origine raggiungeva i 25-30 metri) e un bastione con cinque torrioni: è il più grande monumento megalitico sardo e uno dei più grandi d'Europa. Costruito 3.500 anni fa con i blocchi di basalto poggiati uno sull'altro, sorge imponente al centro dell'altopiano di Su Pranu, a pochi chilometri da Orroli.

The red giant is an impregnable fortress. 5,000 square meters of rooms, staircases, corridors, courtyards, a 14 m high central tower which originally reached 25-30 m, a bastion with five fortified towers: Nuraghe Arrubiu is the largest megalithic monument in Sardinia and one of the largest in Europe. Built 3,500 years ago, it stands proudly at the center of the plateau of Su Pranu, a few kilometers from Orroli.

INFO Il **Nuraghe Arrubiu** è aperto tutti i giorni dalle 9,30 al tramonto; ingresso 4 €: / *Open every day, 9.30 to sunset, admission 4 €:* **Località Su Pranu, Orroli**. Lo gestisce la società Is Janas che organizza visite guidate: / *Guided tours:* **Is Janas Servizi Turistici, Orroli (CA), via Eleonora D'Arborea 30, 0782/84.72.69, nuraghearrubiu.it** Pani tradizionali sardi con lievito madre naturale: / *Traditional Sardinian breads made with sourdough:* **Panificio Biologico Kentos, Orroli (CA) via Mandas 2, 0782/84.74.04**. Ristorante-albergo, cucina tradizionale di terra: / *Traditional cuisine, land-based dishes:* **Villaggio Antichi Ovili, Orroli (CA), località Taccu, 393/974.70.56, www.antichiovili.it**

Turr'e Seu | Cabras

Turr'e Seu (la Torre del Sevo) è una delle perle dell'Area marina del Sinis, confinante con le spiagge di quarzo della penisola dove approdarono Fenici e Punici e dove sono stati scoperti i Giganti di Mont'e Prama. Cespugli giganti di lentisco digradano fino a una terrazza naturale che si affaccia sul mare, ideale per le immersioni (da non perdere le piccole grotte sotto la torre spagnola). La macchia di verde, alle spalle, è popolata da volpi e tartarughe, ed è l'ideale per passeggiate ed escursioni in bici.

Turr'e Seu (the Tower of Sevo), the pearl of the Sinis protected marine Area, is located near the quartz beaches of the peninsula where once Phoenician and Punics landed and where the Giants of Mont'e Prama were discovered. Shrubs of mastic slope towards a natural terrace overlooking the sea, ideal for diving (do not miss the small caves under the Spanish tower). The greenery behind is populated by foxes and turtles, and is a perfect place to relax, walk and bike.

INFO Area marina protetta Penisola del Sinis e Isola di Mal di Ventre, 0783/39.10.97, www.areamarinasinis.it Per gli appassionati di immersioni: / *For divers:* **www.sardegnamareprotetto.it** Due ristoranti tipici a Cabras, con specialità di mare, bottarga e muggini; conto 30-40 €: / *At Cabras, two restaurants to taste local seafood and bottarga from mullets; average check 30-40 €:* **Agriturismo Da Pinuccia, Cabras (OR), via Diaz 42, 0783/39.10.15, www.agriturismopinuccia.it; Il Caminetto, Cabras (OR), via Battisti 8, 0783/39.11.39, www.ristorante-ilcaminetto.com**

Is Conzas, le conce sul Temo | Bosa

Che spettacolo le antiche conce al tramonto, con il Ponte vecchio in trachite, il Temo che scorre lento, le barche dei pescatori, le palme, la città medievale, il Castello dei Malaspina. *Is Conzas* sono una delle anime di Bosa: una addossata all'altra, su due livelli, erano fiorenti nell'Ottocento quando si produceva la famosa vacchetta bosana, un tipo di cuoio usato per rilegare i libri (l'ultimo laboratorio ha chiuso nel 1962).

Do not miss the ancient tanneries at sunset: the river Temo lazily flows, the feeble light kisses the old trachyte bridge, the fishing boats, the palm trees, the medieval district and the Malaspina Castle. The tanneries, Is Conzas, *flourished in the 19th century and produced valued cow leathers, as the special one called "vacchetta bosana," used for bookbinding; the last lab closed in 1962.*

INFO Museo delle Conce Aperto lun-ven, 10-13 e 15-17, sab-dom, 10-13 e 15-18; ingresso 3,50 €: / *Open Mon-Fri 10-1pm and 3-5pm, Sat-Sun, 10-1pm and 3-6pm; admission 3.50 €:* **Bosa (OR), via Sas Conzas, 0785/37.62.20, www.museodelleconcebosa.it** Escursioni sul Temo: / *Boat trip on river Temo*: **Bosa Diving Center, 0785/37.56.49; Diving Malesh, 0785/37.48.84**. Cucina marinara di qualità; conto medio 40 €: / *High quality seafood, average check 40 €:* **Ristorante Mannu, Bosa (OR), viale Alghero 28, 0785/37.53.06, www.mannuhotel.it** Cucina tradizionale, conto 30-40 €: *Traditional cuisine, average check 30-40 €:* **Locanda di Corte, Bosa (OR), via del Pozzo 7, 340/247.48.23.**

10. Carapigna Golosità della tradizione barbaricina. / *An ancient delicacy from Barbagia.*

Carapigna | Aritzo

Una golosità tutta sarda, uno street food barbaricino che in estate gira per le sagre dell'isola. La carapigna (il nome è di origine spagnola) è fatta con acqua, zucchero e limone: una ricetta antica e genuina nata tra i castagni e i noccioleti di Aritzo, per portare refrigerio nelle serate estive. Un tempo veniva trasportata persino nelle case dei nobili cagliaritani.

A Sardinian delicacy and a typical street food from Barbagia, the mountain area of inner Sardinia: the carapigna *(a Spanish origin name) is a kind of sorbet, some say the "ancestor" of the current ice-cream. It is made of water, sugar and lemon, following an ancient, genuine recipe, and was created to feel refreshed on hot summer evenings.*

INFO Appuntamento il **15 agosto** per la **Sagra della Carapigna** a Aritzo. / *On August 15, do not miss the Festival of Carapigna at Aritzo.* Due i carapigneri tradizionali. Il primo apre ad Aritzo e dal 15 giugno al 15 settembre anche in corso Umberto a Olbia, dove propone il *mojiteddu* sardo-cubano (alla ricetta della carapigna, con limone, acqua e zucchero, aggiunge mentuccia di fiume e acquavite). / *Two* carapigneri *carry on the tradition. The first works in Aritzo and from June 15 to September 15 also in Olbia; try his Sardinian-Cuban* mojiteddu: *carapigna with brandy and mint.* **Francesco Floris, Aritzo (NU), via Antonio Maxia, 349/473.64.94; Olbia, corso Umberto**. Il secondo fa base a Tuili e gira soprattutto nel sud dell'isola. / *The second works in Tuili and in the south.* **Sebastiano Pranteddu, Tuili (VS), via Marmilla 8, 349/571.99.65.**

Cala Spinosa | Santa Teresa Gallura

L'unica spina di questa "rosa" che si apre a Capo Testa è il viottolo ripido da percorrere per scendere al mare. Il resto è un piccolo paradiso gallurese. La spiaggia è minuscola, con posti limitati; il consiglio è arrivare la mattina presto, altrimenti bisogna arrangiarsi sulle rocce. Spettacolare la cascata dei graniti che circondano la caletta e che sembrano precipitare in mare, regalando colori da sogno anche ai fondali. È all'estremo nord dell'Isola, di fronte alle bianche scogliere di Bonifacio, in Corsica.

The only spot of the little paradise which opens in the north of Sardinia, just facing the white cliffs of Bonifacio (in Corsica), is the very steep path to get the the sea. The beach is tiny, with limited space; our advice is to arrive early in the morning, otherwise you have to lie down on the rocks. Really spectacular is the waterfall of granite rocks which surround the cove.

INFO Corsi sub, snorkeling e immersioni a Capo Testa e a Lavezzi: / *Diving courses, snorkeling and diving trips to Capo Testa and Lavezzi:* **Diving Santa Teresa, Santa Teresa Gallura (OT), via del Porto 69, 0789/75.41.73, www.divingsantateresa.com** e **Blu Dive Center, Santa Teresa Gallura (OT), via Nazionale 73, 328/71.73.499, www.bludivecenter.com** Trattoria familiare con specialità marinare; conto 30-40 €: / *Family restaurant with seafood, average check 30-40 €:* **Bocche di Bonifacio, Santa Teresa Gallura (OT), località Capo Testa, via Porto Romano, 0789/75.42.02.**

Flumendosa | Seulo

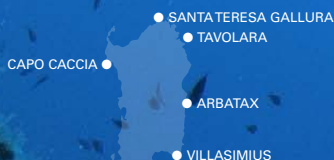
Un tuffo nel cuore antico dell'Isola. Un tuffo vero perché ci si può immergere nelle acque limpide del Flumendosa che scorrono tra rigogliosi lecci, spiaggette e rocce. *Andalas* (sentieri): così si chiama la più importante escursione lungo il fiume che ha scavato nei millenni il grande canyon dei sardi. Si svolge da oltre vent'anni il 13 agosto, richiamando almeno mille appassionati nella Barbagia di Seulo: sei chilometri all'ombra del bosco, un bagno ristoratore e per concludere un memorabile pranzo tipico preparato da 40 cuochi.

A dip in the ancient heart of the island, and also a dip in clear waters: you can swim in the Flumendosa river, among lush oaks, tiny beaches and wild rocks. Do not miss Andalas *("paths"): this 20 years old event will take place on August 13 and will attract thousands of fans in the Barbagia of Seulo. It's a 6 km walk in the shadow of the forest, with a refreshing bath and a memorable traditional lunch prepared by 40 chefs.*

INFO L'Ecomuseo dell'Alto Flumendosa è gestito dall'omonima coop che organizza escursioni, laboratori, bike tours: / *The Ecomuseum is managed by the homonymous coop that organizes workshops, tours & trips:* **Ecomuseo dell'Alto Flumendosa, Seulo (CA), via Roma 19, 328/497.94.86, www.ecomuseoseulo.com** Per Andalas e altre escursioni nel territorio di Seulo: / *To take part to Andalas and other tours:* **Andalas, 339/127.42.64, 340/26.54.178, www.andalasseulo.com** Cucina barbaricina di qualità; conto 25-30 €: / *High quality cuisine of Barbagia; average check 25-30 €:* **Agriturismo Ticci, Seulo (CA), strada Provinciale 8 km 6, 0782/581.32.**

Cala Domestica ❙ Buggerru

Si apre all'interno di un piccolo fiordo nella costa del Sulcis, protetta dalle falesie di roccia, ed è un gioiello incastonato in un superbo paesaggio che mantiene i segni della passata attività mineraria. Mare pulito, dune, tuffi sicuri, spiaggia attrezzata con passerelle e chiosco-bar. Da non perdere la passeggiata alla vicina spiaggetta (accessibile attraverso una galleria) alla torre spagnola che domina la baia (il percorso è più impegnativo), e la visita alla Galleria Henry, scavata nel 1865.

The cove, which overlooks a small fjord on the south west coast of Sulcis, is a jewel set in a superb landscape that maintains the signs of the old, abandoned mining activity. With a small walk, you can get another little beach (accessible through a tunnel) and the Spanish tower overlooking the bay (the route is more challenging); do not miss an opportunity to visit the Henry Gallery, excavated in 1865.

INFO Per le visite guidate alla **Galleria Henry**, nell'area mineraria di Buggerru, a piedi o con il trenino; ingresso 8 €, ragazzi 6-12 anni e over 65 4,50 €. *Guided tours, by foot or by train, to the* **Henry Gallery,** *in the old mining area of Buggerru; admission 8 €; boys 6-12 years old and over 65 4.50 €:* **IGEA, 0781/49.13.00, www.igeaspa.it** Due ristoranti specializzati nella cucina di mare; conto 30-40 €: / *Two seafood restaurants; average check: 30-40 €:* **L'Ancora, Fluminimaggiore (CI), località Portixeddu, 0781/549.03** e **San Nicolò, Buggerru (CI), località San Niccolò, 0781/543.59.**

HOTEL OLLASTU - Costa Corallina, Olbia
RISTORANTE LA CORONA - Isola di Tavolara
T. +39 0789 36744
M. +39 3357837994
www.ollastu.it
ollastu@ollastu.it

SANTA TERESA GALLURA
TAVOLARA
CAPO CACCIA
ARBATAX
VILLASIMIUS

AL MARE IN FAMIGLIA

In spiaggia e sotto le onde

Le coste della Sardegna soddisfano le esigenze di tutta la famiglia. Ecco cinque destinazioni perfette per gli appassionati di immersioni, desiderosi di esplorare i più bei fondali del Mediterraneo; chi non ama andare sott'acqua si gode il sole e la sabbia

Testi Ornella D'Alessio
Fotografie Francesca Marino e Corrado Giavara

Immersione nelle acque di Santa Teresa di Gallura, tra gorgonie rosse (a sinistra nella foto) e stelle marine (a destra). **Nel riquadro:** la spiaggia di Santa Maria Navarrese. / ***This picture:*** *scuba diving in the waters of Santa Teresa di Gallura.* ***Bottom right:*** *Santa Maria Navarrese beach.*

In questa foto: la spiaggia di Santa Maria Navarrese, a nord di Torre di Barì. **Pagina seguente, dall'alto:** incontro con un banco di donzelle; la spiaggia di Cea, nei pressi di Bari Sardo. / ***This picture:*** *Santa Maria Navarrese beach, north of Torre di Barì.* ***Next page, top to bottom:*** *Mediterranean rainbow wrasses; Cea beach.*

ARBATAX (Ogliastra)

Torre di Barì, costa ogliastrina

Nove chilometri di sabbia e roccia basaltica: siamo a Torre di Barì, nei pressi di Bari Sardo. Il bagno è sicuro anche per i più piccini grazie ai bassi fondali e ai bagnini. I più grandicelli possono imparare il windsurf, impratichirsi con il sup, uscire in canoa doppia o fare snorkeling. Per i diver, suggestiva l'immersione al relitto dell'aereo B26 Marauder appoggiato sul fondo a -12 metri (si arriva anche in apnea e l'immersione è per tutti). Intorno al relitto si è creato un micro-habitat con pesci balestra, paguri, gronghi, cernie e triglie. I brevettati con livello avanzato possono cimentarsi nell'immersione "Arianna", una secca di roccia con un pinnacolo che sale per 17 metri e il fondale che digrada fino a -33 metri. Scendendo lungo la roccia si vedono spacchi con gorgonie gialle, murene, bacchette di mare (molluschi) oltre a passaggi di barracuda e banchi di saraghi, a volte tonni e ricciole.

Torre di Barì, near Santa Maria Navarrese: 9 kilometers of sand and basalt rock beaches, with shallow waters and many lifeguards, an ideal place for your children. Teens can learn windsurfing, canoeing, snorkeling and even stand up paddle surfing. All levels divers and also free divers can enjoy the trip to the 12 meters underwater wreckage of the Martin B-26 Marauder, a World War II twin-engined medium bomber. All around the wreckage, you can find a special fish microhabitat (triggerfishes, hermit crabs, eels, groupers, mullets). Expert and advanced divers can try to get the Arianna rocky shoal and admire a 17 metres giant pinnacle and a sloping seabed up to -33 meters, whose rocky cracks are filled with yellow gorgonians, moray eels and shellfish; all around, shoals of barracuda and breams, sometimes tunas and amberjacks.

INFO

Ogliastra Diving e windsurf Battesimi dell'acqua, corsi a ogni livello anche per istruttore, snorkeling, scuola di windsurf dai 6 anni, escursioni con le tavole per sup e in canoa. / *All levels diving courses; snorkeling; canoeing; windsurfing school for children (6+ years); stand up paddle surfing.* Bari Sardo , località Torre di Barì, via Cagliari 103, 340/420.47.25, www.ogliastradiving.it

Ristorante Il Pesciolino Pesce, carne, pizze o menu vegetariani a 30 metri dalla spiaggia. Dolci fatti in casa. Conto medio 30 €. / *Fishfood, meat, pizza, homemade sweets and vegetarian dishes near the beach. Average check: 30 €.* Bari Sardo, via della Torre 24, 0782/280.81.

In questa pagina, dall'alto: immersione al relitto *Agelika*; la spiaggia di Rena Majori, presso Aglientu. **Nella pagina seguente:** la spiaggia di Rena Bianca, a Santa Teresa di Gallura. / ***This page, top to bottom:*** *the 15 m underwater Agelika wreckage; the Rena Majori beach.* **Next page**: *the Rena Bianca beach.*

SANTA TERESA GALLURA (Olbia-Tempio)

Rena Bianca, costa Paradiso

La spiaggia attrezzata con ombrelloni e lettini di Rena Bianca, trecento metri di sabbia finissima, rosa a tratti per i minuscoli frammenti di corallo, è premiata con la Bandiera Blu per i suoi servizi sin dal 1987. È dotata di noleggio pedalò e parco dei gonfiabili. Mentre i bambini si divertono sull'arenile, gli adulti si divertono con le immersioni al relitto *Agelika*, nave greca da carico affondata nel 1980, a -15 metri. I sub esperti scendono più in profondità fino alle grotte di Monteregalo dove s'incontrano coralli rossi e neri, qualche aragosta, murene e corvine. Bellissima la secca delle Cernie di Lavezzi (-18/20 metri), da non perdere la spiaggia di Rena Majori, presso Aglientu.

The fully equipped beach of Rena Bianca is a 300 meters beach of fine, white sand which in places becomes pink for the presence of tiny fragments of coral; from 1987 onwards, it has been awarded with the Bandiera Blu prize. All the family members can enjoy this wonderful beach, while the divers can get the Agelika *wreckage, a Greek cargo ship sunk in 1980. Entry level and intermediate divers can explore this 15 meters underwater wreckage; advanced divers can go deeper and get the caves of Monteregalo where they will find red and black corals, lobsters, moray eels and croakers. Do not miss the shoal called Cernie di Lavezzi (-18/20 meters), easy accessible by all levels divers, and the beautiful beach of Rena Majori, near Aglientu.*

INFO

Diving Mediterraneo Immersioni a ogni livello e corsi per brevetti internazionali.
All levels diving courses to get international patents (from open water to dive master).
Santa Teresa Gallura, via del Porto 16, 0789/75.90.26, 348/800.23.88, www.divingmediterraneo.it

Blu Dive Center Dispone di una barca attrezzata anche per immersioni tecniche. Possibilità di soggiorno nel b&b annesso.
Equipped boat for technical diving. Their B&B provides an affordable stay to divers.
Santa Teresa Gallura, via Nazionale 73, 328/717.34.99, www.bludivecenter.com

Ristorante Tropican Piatti di pesce e pizze con vista su Corsica, Cavallo, Lavezzi, Spargi e Budelli. Conto medio 25 €. / *Lunch and dinner facing the islands of Corsica, Cavallo, Lavezzi, Spargi and Budelli. Seafood and pizza. Average check: 25 €.*
Santa Teresa Gallura, località Rena Bianca, 349/872.59.96.

VILLASIMIUS (Cagliari)

La spiaggia di Campus, costa sud

Una mezzaluna di 700 metri di sabbia fine e sottile: sulla spiaggia di Campus è possibile giocare tranquillamente con paletta e secchiello, fare un giro in pedalò o affittare una canoa doppia per arrivare fino all'arenile di Cuccureddu, ex approdo dei Fenici. Da Campus partono alcune suggestive immersioni per ogni livello di preparazione all'interno dell'Area Marina Protetta di Capo Carbonara. Oltre al battesimo dell'acqua con partenza da terra, i diver di primo livello possono scegliere se ammirare i fondali rocciosi ricchi di fauna in fase riproduttiva presso l'isola dei Pescatelli (a -12 metri) od osservare da vicino il pesce pelagico (cernie e corvine) nel suo habitat naturale, presso le isole dei Cavoli e di Serpentara. Agli esperti sono riservate la secca di Cala Caterina e le cadute settentrionali dell'isola di Serpentara, con le famose gorgonie giganti. Per gli amanti dei relitti alla ricerca del blu: a -33 metri all'altezza di Capo Carbonara, adagiato sul fondo, riposa il vecchio relitto dell'*Egle* che ancora conserva la prua maestosa.

A crescent-shaped beach of fine and thin sand, 700 meters long: on the beach of Campus you can safely play bucket and spade games, take a fun pedal boat trip or rent a double canoe to get the beach of Cuccureddu, an ancient Phoenician harbor. Campus is also a good place for divers: it offers many diving trips inside the Marine Protected Area of Capo Carbonara. Are you an entry level diver? You can dive near the Pescatelli islet to admire the rocky outcrops full of spawning fishes (10-12 meters underwater) or take some close up shots of the pelagic fishes in their natural habitat, near the islands of Cavoli and Serpentara. Are you an advanced diver? You can get the shallows of Cala Caterina or the northern depth of the Serpentara island to see their famous giant sea fans. The lovers of wreck diving can get the wreckage of a cargo ship, the Egle*, between 33 and 36 metres under the surface, 2 miles from the coast of Capo Carbonara.*

INFO

Area Marina Protetta di Capo Carbonara Villasimius, via Roma 60, 070/79.02.34, www.ampcapocarbonara.it

Diving Bolla Blu Battesimi del mare e brevetti a tutti i livelli. Noleggio canoe doppie e pedalò. Escursioni subacquee e in gommone alle isole dei Cavoli e di Serpentara. / *All levels diving courses; canoe and pedal boat rental; diving trips to the islands of Cavoli and Serpentara.* Villasimius, c/o Hotel Cormoran, località Campus, 368/98.05.97.

Ristorante Il Miraggio Zuppe di pesce, saraghi, orate, gamberoni alla brace, fritture miste e maialetto arrosto. Pranzo veloce e cene a lume di candela. Conto medio 50 €. / *Fish soup, sea breams, grilled prawns, fish-fry, and, on request, the roast suckling pig. Quick meals at lunch, candlelight dinner on the beach. Average check: 50 €.* Località Campus, 070/79.80.21.

In alto: la spiaggia di Campus, a pochi chilometri da Villasimius, in provincia di Cagliari. **Nel riquadro a destra:** uno spirografo (*Sabella spallanzanii*). / ***Top of page:*** *Campus beach, a few kilometers from Villasimius.* ***Right:*** *a Mediterranean fanworm.*

Everyone can be Free

Al free beach club, tutti possono sentirsi liberi.
Liberi di immergersi in uno scenario da sogno,
godere della nostra spiaggia bianchissima e del mare cristallino,
circondati da una natura ancora incontaminata.

Vi invitiamo a una nuova esperienza: una vacanza all'insegna del mare,
del relax, del divertimento e della libertà di movimento.

costa rei, sardegna sud est

freebeachclub.com | info@gestitur.it | tel. 06 420 12 820

adv aelo.it | ph daniele lai

CAPO CACCIA - RIVIERA DEL CORALLO (Sassari)

La spiaggia del Lazzaretto, costa nord-ovest

Divertimento garantito sulla spiaggia del Lazzaretto con l'acqua bassa e trasparente, perfetta per i bimbi, o nella pineta adiacente al parco avventura "Le Ragnatele". L'ideale è lasciare la famiglia in spiaggia e percorrere un chilometro in auto fino al diving di Capo Galera che organizza immersioni alle grotte dell'Area Marina Protetta Capo Caccia. Si parte con un grande gozzo in legno, carico di bombole e di materiale, in direzione di Punta Giglio per scendere alle grotte dei Cervi e del Falco a una profondità massima di 15 metri o verso Capo Caccia per immergersi nella grotta dei Fantasmi (adatta ai più esperti) o nella grotta di Nereo, la più grande del Mediterraneo, accessibile ai subacquei ricreativi. Vari sono gli ingressi, ma il più spettacolare è quello a forma di cuore, a -13 metri. Una volta entrati, si penetra per 250 metri nel buio all'interno della falesia, attraversando diversi ambienti come la "stanza delle offiure" e la "prateria di cerianti", per poi lasciarsi abbagliare dalla luce che entra dagli "archi di Nereo". Durante l'immersione s'incontrano grossi gronghi stanziali, astici, timide cernie e colonie di *corallium rubrum*, l'oro rosso di questo angolo di costa.

You'll have a good time on the Lazzaretto beach, whose shallow, crystal waters are perfect for your children, or in the pine forest which lies behind the adventure park "Le Ragnatele". If you're a diver, get a car and reach the Capo Galera diving center and take part to its trips: do not miss the caves inside the protected marine Area of Capo Caccia. Sailing in a large gozzo boat towards Punta Giglio, you'll get the Grotta dei Cervi and the Grotta del Falco at a maximum depth of 15 meters; sailing towards Capo Caccia, you'll have the chance to discover the Grotta dei Fantasmi or the Nereo Cave, the largest accessible cave in the Mediterranean sea. Once you get in, you will go deep into the dark for 250 meters, passing through different environments till the spectacular Nereo arches. The cave has been formed over millions of years, so its landscape is always unusual and rich of interesting sea life that has adapted itself to this dark environment. Diving, you'll meet congers, lobsters, large groupers and colonies of Corallium rubrum*, the red gold of Sardinia.*

INFO

Area Marina Protetta Capo Caccia Isola Piana 079/94.50.05, www.ampcapocaccia.it

Diving Capo Galera Battesimi del mare, corsi a tutti i livelli e immersioni guidate. Settimane per diver, con notti presso la Villa dell'Olandese. / *All levels diving courses and guided trips. Dive packages and special stays for divers.* Alghero, località Capo Galera, 079/942.10, 347/130.46.33, www.capogalera.com

Parco Avventura Le Ragnatele 38.000 metri quadrati per grandi e piccini. / *38,000 square meters for adults and children.* Alghero, località Le Bombarde, 079/93.03.38, www.leragnatele.com

Ristorante Bar La Torre L'attività principale è il ristorante con ottimi piatti ai crostacei; (conto medio 12 €, luglio e agosto sono aperti anche per cena). Qui si possono noleggiare ombrelloni, sdraio, pedalò, canoe e da quest'anno anche le tavole per sup. / *Seafood and delicious shellfish dishes. Average check: 12 €; on July and August, open for dinner. Umbrellas, beach chairs, pedal boats, canoes and Sup boards rental.* Alghero, località Lazzaretto, 346/709.10.85, www.spiaggialazzaretto.it

In alto: immersione nella grotta dei Fantasmi, nel complesso carsico di punta Giglio, presso Alghero. **Nel riquadro, a destra:** la spiaggia del Lazzaretto. / ***Top of page:*** *the Grotta dei Fantasmi (Ghost Cave), at Punta Giglio.* ***Right:*** *the Lazzaretto beach.*

LOIRI PORTO SAN PAOLO (Olbia-Tempio)

L'isola di Tavolara, costa nord-est

La spiaggia di levante di Porto San Paolo, oltre alla tintarella e ai giochi con la sabbia, offre uscite in canoa e i corsi della scuola di vela (per adulti e bambini dai 10 anni) organizzati dalla Lega Navale Italiana.
Sono tante le immersioni possibili all'interno dell'Area Marina Protetta Tavolara Punta Coda Cavallo. La più fruibile è Tedja Liscia, piattaforma di battente a 8 metri di profondità, habitat di poseidonia, corvine, cernie e saraghi. L'immersione più richiesta e più impegnativa è la secca del Papa, considerata tra le dieci più belle del Mediterraneo, riservata agli esperti (minimo livello suggerito il secondo). Ci sono due percorsi di immersione.
Il primo comincia a -14 metri, il secondo a -23 per vedere la maggior parte della fauna e della flora del Mediterraneo, con grandissimi ventagli di gorgonie rosse e gialle, vero eden per appassionati fotografi.

The eastern beach of Port San Paolo offers a quiet environment where you can sunbathe, enjoy bucket and spade games, spend your time canoeing or following sailing courses (for adults and children 10+), organized by the Italian Naval League. Here you can also enjoy many diving trips inside the Marine Protected Area of Tavolara and Punta Coda Cavallo. Get Tedja Liscia flat rock, 5-35 meters underwater; you'll see here some spots of Posidonia beds and many croakers, groupers and large white breams. The most valued and demanding diving trip is to the Secca del Papa (Pope's Shoals), in the top ten of Mediterranean dive sites; it is formed by a series of calcareous pinnacles emerging from a sandy seabed of about -40/45 meters (only for advanced divers).

INFO
Area Marina Protetta Tavolara Punta Coda Cavallo 0789/20.30.13, www.amptavolara.com

Tavolara Diving Center Dai battesimi del mare ai corsi per istruttori con il rebreather, per immersioni senza bolle. / *All levels diving trips; rebreather instructor courses.* Loiri Porto San Paolo, via Molara 4/6, 0789/403.60, 340/839.21.54, www.tavoladiving.it
Lega Navale Italiana, Sezione di Porto San Paolo Loiri Porto San Paolo, via Donatello 31, 339/407.44.41.
Tavolara Beach Per affittare ombrelloni, lettini, pedalò e canoe sulla spiaggia di Porto San Paolo. / *You can rent beach umbrellas, sun beds, pedal boats and canoes on the beach of Porto San Paolo.* 333/363.52.38.
Ristorante Il Portolano Pochi tavoli sul mare per sapori genuini a chilometro zero in un ambiente rilassato, proprio di fronte all'isola di Tavolara. Conto medio 35 €. / *A few tables on the sea in a quiet setting, facing the island of Tavolara. Genuine "zero kilometer" food. Average check: 35 €.* Loiri Porto San Paolo, via Molara 11, 0789/406.70, 348/313.72.10, www.ristoranteilportolano.it

Dall'alto: il profilo roccioso dell'isola di Tavolara; un banco di saraghi; una colonia di margherite di mare (*Parazoanthus axinellae*). ***Top to bottom:*** *Tavolara rocky island; a shoal of white seabreams; a colony of yellow cluster anemone.*

Galanìas Hotel è il luogo ideale per una vacanza immersi nella natura e all'insegna del relax.

Situato a pochi passi dalla splendida spiaggia di Torre di Barì, il Galanìas Hotel è il luogo ideale per iniziare un viaggio alla scoperta di una delle regioni più autentiche e affascinanti della Sardegna.

In un contesto naturale di incomparabile bellezza, il suo stile tipico si riflette tanto negli arredi, lavorati secondo tradizioni artigiane tramandate di generazione in generazione, quanto nei suoi piatti che ogni giorno portano in tavola profumi e sapori autentici, raccontando la cultura e l'anima di una terra antica.

Simbolo di natura incontaminata, l'Ogliastra è un territorio che dai monti del Gennargentu scende gradatamente verso la costa orientale dell'isola, caratterizzata da spiagge e scogliere piene di fascino e meraviglie.

Culla di miti antichi e storiche leggende, è la Terra di centenari, patria del vino Cannonau e del buon cibo, ad espressione di una cultura millenaria ancora presente e tangibile, da vivere e ricordare al rientro dalle vostro viaggio in Ogliastra.

GALANIAS HOTEL & RETREAT DOMOS GALANAS
Via Belvedere, 08042 Bari Sardo (OG) - tel. +39 0782 29 972 - 0782 28 979 - fax +39 0782 27 21 71
www.galaniashotel.it - email: info@galaniashotel.it

Il villaggio nuragico di Su Nuraxi a Barumini; sullo sfondo il castello di Las Plassas.
Su Nuraxi, a large archaeological nuragic site near Barumini (in the province of Medio Campidano); in the background, the Castle of Las Plassas.

Una storia scritta nella pietra

Dai nuraghi al granito delle tombe dei giganti, dai mosaici di Nora alle chiese romanico-pisane, dai lavori di Costantino Nivola alle sculture sonore di Pinuccio Sciola. Viaggio tra le massime espressioni di una cultura antichissima

Testi **Aldo Brigaglia** * Fotografie **Alessandro Addis**

Siete curiosi di calpestare il pezzo di terra più antico d'Europa? È nella **grotta di Santa Barbara** e risale ai tempi del Precambriano, più o meno 600 milioni di anni fa, quando la Sardegna era un tutt'uno col continente e le Alpi ancora non esistevano. Si trova all'interno della **miniera di San Giovanni**, nei pressi di Iglesias. Scoperta per caso nel 1952 durante uno scavo, la grotta si presenta particolarmente suggestiva per via dei cristalli di barite scura disposti a nido d'ape sulle volte e nelle pareti. Lasciano stupefatti anche le maestose colonne di aragonite azzurra, le sculture calcaree a canna d'organo e le enormi stalattiti.

Nella campagna di Villaperuccio, su una collina che si apre ad anfiteatro sul mare, c'è la straordinaria **necropoli di Montessu** dove 5.500 anni fa l'*homo sardus* usava seppellire i morti in grotticelle scavate nella roccia, le mitiche *domus de janas*, "case delle fate". Un altro esempio lo si trova a **Sant'Andrea Priu**, nella piana di Bonorva.

DAI MONUMENTI MEGALITICI ALLE TOMBE DEI GIGANTI

L'epoca nuragica (1.800-500 avanti Cristo) ha disseminato nell'Isola le sue torri simbolo, i nuraghi. Se ne contano oltre ottomila, tra semplici e articolati. Imperdibili **Su Nuraxi** di Barumini, il più grande e complesso di tutti, dichiarato Patrimonio dell'Umanità, il **nuraghe Arrubiu** di Orroli e il **nuraghe Sant'Antine** di Torralba che gli architetti considerano perfetto per proporzioni e tecnica costruttiva.

Ovunque vi fosse un consistente insediamento nuragico si trovano le sepolture collettive alle quali, per via delle grandi dimensioni, la fantasia popolare ha dato il nome di "tombe dei giganti". Le più belle e accessibili sono quelle di **Coddu Ecchju** e di **Li Lolghi**, ad Arzachena.

Giganti per davvero erano quelli raffigurati nelle grandi statue di **Mont'e Prama**, un territorio tra Oristano e Cabras il cui sottosuolo, secondo

Sopra, dall'alto: la tomba dei giganti di Coddu Ecchju, Arzachena; la tomba dei giganti di Li Lolghi, Arzachena. **A sinistra:** un pugilatore di Mont'e Prama, Museo di Cabras; scorcio delle rovine di Tharros. **Pagina precedente:** i mosaici di Nora, città fenicio-punico-romana. / ***Top to bottom:*** *the tombs of the giants of Coddu Ecchju and of Li Lolghi, Arzachena.* ***Left:*** *a boxer warrior from Mont'e Prama, Cabras Museum; Tharros ruins.* ***Previous page:*** *mosaics in the Phoenician-Punic-Roman site of Nora.*

Sopra: la basilica della Santissima Trinità di Saccargia (1116), a Codrongianos. **A destra:** dettaglio di un capitello del pronao, basilica di Saccargia. **Pagina seguente:** affresco absidale, basilica di Saccargia. / ***Above:*** *the church of the Holy Trinity of Saccargia (1116), near Codrongianos.* ***Right:*** *detail of a capital in the portico of the church of Saccargia.* **Next page:** *the fresco in the apse of the church of Saccargia.*

le prospezioni georadar, ne conserva ancora a centinaia. Quelli restaurati sono esposti al Museo Civico di Cabras e all'Archeologico di Cagliari. Quest'ultimo e il Museo di Sassari conservano la più completa rassegna del periodo nuragico, consistente soprattutto in migliaia di esemplari dei famosi bronzetti.
L'arrivo dei Fenici, intorno al 700 avanti Cristo, segnò la nascita di città costiere destinate a subire in seguito sovrapposizioni urbanistiche e architettoniche da parte di Cartaginesi e Romani. Le più significative sono **Tharros**, nel golfo di Oristano, e **Nora** sulla costa a sud-ovest di Cagliari. Vi convivono i templi dedicati alle divinità delle tre civiltà, i teatri, le terme e i mosaici di età imperiale. A Nora, per metà sommersa dal mare, il sistema fognario di epoca romana stupisce ancora per la sua modernità progettuale.

DALLE BASILICHE MEDIEVALI AI MAESTRI D'ARTE

L'influenza romanico-pisana, agli inizi del secondo millennio, ha lasciato nell'Isola numerose chiese col tipico disegno a righe bianche e nere. L'esempio più stupefacente è la **basilica della Santissima Trinità di Saccargia** che appare isolata in tutta la sua magnificenza, col suo affusolato campanile, nella vallata del Sassarese in cui pascolano vacche pezzate (*s'acca arza*, da cui il nome del luogo).
Altrettanto interessante è la **chiesa di Santa Maria del Regno di Ardara**, dove nel 1239 la giudicessa Adelasia di Torres sposò Enzo di Svevia, figlio di Federico II, dandogli il titolo di re di Sardegna (il Re Enzo caro ai bolognesi). Sull'altare maggiore spicca il più bello dei numerosi retabli di età spagnola presenti nell'Isola, realizzato agli inizi del Cinquecento: un'opera imponente, coi suoi dieci metri d'altezza, anche se il primato in questo senso spetta al **retablo di San Giorgio a Perfugas**, il più grande della Sardegna con ben 54 riquadri dipinti. Retabli ammirevoli si ➞

trovano in molti paesi (Castelsardo, Oliena, Ozieri, Tuili, Suelli e tanti altri): la raccolta più nutrita è nella **Pinacoteca Nazionale** di Cagliari.

Il Novecento ha visto la presenza di diversi artisti capaci di tenersi al passo con gli stili in voga nel mondo senza perdere la propria peculiare sardità. Tra di essi spiccano tre scultori. Il primo è **Francesco Ciusa**, vincitore della Biennale di Venezia del 1907 con *La madre dell'ucciso* (le sue opere sono visibili a Cagliari, nella Galleria comunale e nelle sale del Municipio). Il secondo è **Costantino Nivola**, affermatosi a New York dove fu costretto a espatriare nel 1938 con la moglie ebrea e dove lavorò con Le Corbusier e i principali architetti americani. Il suo paese natale, Orani, gli ha dedicato il **Museo Nivola** che raccoglie gran parte delle sue opere, tra cui le *dee madri* che sono il segno più distintivo della sua creatività.

Il terzo è un artista vivente, **Pinuccio Sciola**, che ha stupito il mondo con le sue *pietre sonore* (Renzo Piano ne ha voluta una nel giardino dell'Auditorium di Roma). Lo si può incontrare nella sua casa campidanese a San Sperate, villaggio che con i suoi murales ha trasformato in paese-museo, o nell'aranceto-laboratorio dove le sue grandi pietre sembrano personaggi animati di una fiaba senza tempo. ✤

Sopra: il Museo Nivola a Orani. **Nella pagina precedente, in alto:** il retablo della chiesa di Santa Maria del Regno, Ardara. **In basso, da sinistra:** *La madre dell'ucciso* (1907) di F. Ciusa, Museo Ciusa, Nuoro; bronzetto nuragico, Museo Archeologico, Cagliari; *La fanciulla di Desulo* (1932) di F. Ciusa, Museo Ciusa.
Above: *the Nivola Museum, Orani.* ***Previous page, top:*** *the retable of the church of Santa Maria del Regno at Ardara.* ***Bottom, left to right:*** Mother of victim *(1907) by F. Ciusa, Museo Ciusa, Nuoro; a Nuragic little bronze, Museo Archeologico, Cagliari;* The Desulo girl *(1932) by F. Ciusa, Museo Ciusa.*

Lo scultore Pinuccio Sciola accanto a una delle sette sculture che ha donato al comune di Cagliari, tutte situate nel Giardino sotto le Mura. *The sculptor Pinuccio Sciola, next to one of the seven sculptures he donated to the municipality of Cagliari, all located in the Giardino sotto le Mura.*

INFO

Grotta di Santa Barbara
Apertura nei fine settimana. Ingresso 15 €. / *Open only on Saturdays and Sundays; admission 15 €.* **Iglesias (CI), località Miniera di San Giovanni, 0781/27.45.07, 0781/49.13.95, www.igeaspa.it**

Area archeologica di Montessu
Apertura: tutti i giorni, 9-13 e 15-20; Ingresso: 5 €. Visite guidate: coop Mediterranea. / *Open all days, 9-5pm; admission 5 €. Guided visit: coop Mediterranea.* **Villaperuccio (CI), 0781/640.40, www.mediterraneacoop.it**

Necropoli di Sant'Andrea Priu
Apertura: tutti i giorni, 10-13 e dalle 15 al tramonto; ingresso 6 €. / *Open all days, 10-1pm and from 3pm to sunset; admission* 6 €. **Bonorva (SS), Piana Santa Lucia, 348/564.26.11.**

Su Nuraxi di Barumini
Apertura: tutti i giorni, maggio-giugno 9-19, luglio-agosto 9-19,30, settembre 9-18,30; ingresso 10 €. / *Open all days: May-June 9-7pm, July-August 9-7,30pm, September 9-6,30pm; admission* 10 €. **Barumini (VS), SP Barumini-Turri direzione Oristano, 348/292.49.83, www.fondazionebarumini.it**

Nuraghe Arrubiu
Info a p. 30. / *See page 30.*

Nuraghe Santu Antine
Apertura: 9-20. Ingresso 6 €. / *Open 9-8pm; admission 6 €.* **Torralba (SS), località Muraera, 079/84.74.81, 366/435.34.84, www.nuraghesantuantine.it**

Tomba dei giganti Coddu Ecchju
Apertura: dalle 9 al tramonto (la biglietteria chiude un'ora prima). Ingresso 3 €. / *Open from 9 to sunset (last tickets one hour before); admission 3 €.* **Arzachena (OT), località Capichera, 345/576.06.43.**

Tomba dei giganti Li Lolghi
Visitabile su prenotazione. Ingresso 3 €. / *Open on demand; admission 3 €.* **Arzachena (OT), località Li Muri, 345/720.03.80.**

Museo Civico Giovanni Marongiu
Apertura: lunedì-sabato 9-13 e 16-20; domenica 9-13 e 15-20. Ingresso 5 €. / *Open mon-sat 9-1pm and 4-8pm; sun 9-1pm and 3-8pm; admission 5 €.* **Cabras (OR), via Tharros, 0783/29.06.36, www.museocabras.it**

Museo Archeologico Nazionale
Apertura: 9-20, chiuso il lunedì. Ingresso 5 €, visita guidata su prenotazione. / *Open 9-8pm, closed on Mondays; admission 5 €.* **Cagliari, piazza Arsenale 1, 070/65.59.11, www.archeocaor.beniculturali.it**

Area archeologica di Tharros
Apertura: tutti i giorni, 9-19, agosto 9-20. Ingresso 5 €. / *Open all days, 9-7pm, August 9-8pm; admission 5 €.* **Cabras (OR), località San Giovanni di Sinis, 0783/37.00.19, www.tharros.sardegna.it**

Parco Archeologico di Nora
Apertura: 10-20. Ingresso 7,50 €. Visite guidate obbligatorie. / *Open 10-8pm, all days; admission 7,50 €; only guided visits.* **Pula (CA), località Cala D'Ostia, 070/920.91.38, 070/92.14.70, www.coptur.net.**

Basilica della Santissima Trinità di Saccargia
Apertura: da Pasqua al 31 ottobre 9-18,30. Ingresso 5 €, visita guidata 2 €. / *Open Easter-October 9-6,30pm; admission 5 €, guided visit 2 €.* **Codrongianos (SS), località Saccargia, 079/43.50.19; Coop Aretè 347/000.78.82.**

Chiesa di Santa Maria del Regno
Apertura: giugno-settembre 10-13 e 15,30-20; ottobre-maggio 15,30-19. / *Open from June to September 10-1pm and 3,30-8pm (October-May 3,30-7pm).* **Ardara (SS), viale Nostra Signora del Regno 1, 340/503.14.31.**

Museo Nivola
Apertura: dal 1° aprile al 30 settembre 10-13 e 16,30-20; chiuso il lunedì. Ingresso 5 €, visita guidata 1 €. / *Open April-September 10-1pm and 4,30-8pm; closed on Mondays. Admission 5 €, guided visit 1 €.* **Orani (NU), via Gonare 2, 0784/73.00.63, www.museonivola.it**

Museo Giardino Sonoro di Pinuccio Sciola, San Sperate (CA), via Oriana Fallaci, 324/587.50.94.

Tribu, Spazio per le arti e Museo Ciusa
Apertura: 10-13, 16,30-20,30; lunedì chiuso. Ingresso 2 € (ingresso gratuito per bambini fino ai 6 anni). / *Open 10-1pm ans 4,30-8,30pm; closed on Mondays. Admission 2 € (free for children under 6 years).* **Nuoro, piazza Santa Maria della Neve 8, 0784/25.30.52, www.tribunuoro.it www.ilisso.com/tribunuoro**

CULTURAL HERITAGE

THE LAND OF TALKING STONES

History is written in stone, from megaliths to XXI century sculptures

If you are curious about treading the oldest land in Europe, you'll find it in the **Grotta of Saint Barbara**. It's been there since the Pre-Cambrian age, something like 600 million years ago, when Sardinia was joined to the continent and the Alps didn't exist yet. It is inside the mine of Saint John, near to Iglesias. Discovered by chance in 1952 in the course of an excavation, it looks particularly interesting due to the dark crystals of baryte forming bees' nest shapes on the walls and ceiling. Dazzling also are the stately columns of azure aragonite, the limestone columns like organ pipes and the huge stalactites.
In the countryside round Villaperuccio, on a hill that overlooks an area in the form of an amphitheatre next to the sea, there is the extraordinary **necropolis of Montessu**, where homo sardus used to bury the dead 5,500 years ago in small caves dug out of the rock. These are the mythical **Domus de Janas**, the "witches houses". Another example is found at Sant'Andrea Priu, on the plain of Bonorva.
The nuragic era (1,800-500 BC) spread across the island its symbolic towers: the nuraghi. You can number them as eight thousand, ranging from the simplest to the most elaborate. Not to be missed are the **Su Nuraxi di Barumini**, the grandest and most complex of all, declared a World Heritage Site by UNESCO, the **nuraghe Arrubiu of Orroli** and the **nuraghe of Sant'Antine of Torralba**, the latter rated by architects as the most perfect for its proportions and constructional methods. Wherever you find a considerable assembly of nuraghe you find mass graves, to which, for their grand dimensions, popular imaginings have given the name "Tombs of the giants". The best of these and the most accessible are those of **Coddu Ecchju** and of **Li Lolghi**, at Arzachena.
Real giants are those represented in the great statues of **Mont'e Prama**, a district between Oristano and Cabras in which the sub-soil, according to geo-radar surveys, still contains hundreds of them. Those that have been restored are shown at the **Museum of Cabras** and the **Archaeological Museum of Cagliari**. The museum at Cagliari and that at Sassari preserve the most complete assembly of objects from the nuragic era, consisting of thousands of examples of the famous little bronzes.
The arrival of the Phoenicians, about 700 BC, signified the birth of coastal cities destined eventually to succumb to town layouts and architecture imposed by the Carthaginians and the Romans. The most significant are **Tharros**, in the Gulf of Oristano, and **Nora** on the coast to the south-west of Cagliari. Co-existing are temples dedicated to the gods of all three civilisations, as well as theatres, thermal baths and mosaics from the Imperial era. At Nora, half submerged by the sea, the sewerage system from Roman times continues to amaze by the modernity of its conception.

> *Only in Sardinia you'll find both tombs of giants and lilliputian chamber tombs*

The influence of Romanesque and Pisan art and architecture, at the beginning of the second millennium, left on the island numerous churches with the typical black and white stripes. The most impressive example is the **Basilica of Holy Trinity of Saccargia**, looking so isolated in its magnificence with its tapering bell tower, in the valley of Sassari where 'spotted' cows are at pasture.
Also most interesting is the **church of Santa Maria del Regno** ("Queen of Heaven") at Ardara, where in 1239 the female judge Adelasia di Torres married Enzo di Svevia, son of Federico II, thus giving him the title of King of Sardinia. On the high altar is the most beautiful of the many "retables" (screens at the rear of an altar) of the Spanish era, completed during the early 1500s: an imposing work, ten metres in height, even if the grandest example in this sense is the **Retable of Saint George at Perfugas**, the largest in Sardinia with all of 54 painted scenes. Other retables to be admired exist in many places (Castelsardo, Oliena, Ozieri, Tuili, Suelli): the best supplied collection being at the National Picture Gallery in Cagliari.
The 1900s saw various artists who were capable of keeping up with world trends but without losing their Sardinian identity. Among these three sculptors stand out: **Francesco Ciusa**, winner of the prize of the Venice Biennale in 1907 with his Mother of the Murdered Man (his works may be seen at Cagliari in the Municipal Gallery and in the halls of the Town Hall) and **Costantino Nivola**, who continued his career in New York where he was obliged to flee with his Jewish wife in 1938 and where he worked with Le Corbusier and the main American architects.
His birthplace, **Orani**, has devoted to him a museum that brings together the majority of his works, among which are the "mother goddesses", most characteristic of his output.
The third is a living artist, **Pinuccio Sciola**, who astonished the world with his "sounding stones" (Renzo Piano has placed one of them in the garden of the New Auditorium of Rome).
You can come across him in his rural Campidano retreat at **San Sperate**, the village where his mural decorations have transformed it into a village-museum or in the orange-grove-cum-workshop where his grand "stones" look like personages brought to life in a timeless fable of which he is the great narrator. ✤

In questa foto: la spiaggia di Tuerredda, in una splendida insenatura tra Capo Malfatano e Capo Spartivento, nel comune di Teulada. **A sinistra:** un altro scorcio di Tuerredda. / ***Both pictures:*** *the stunning beach of Tuerredda, near Teulada, on the south coast.*

DA NON PERDERE _ PAESAGGI

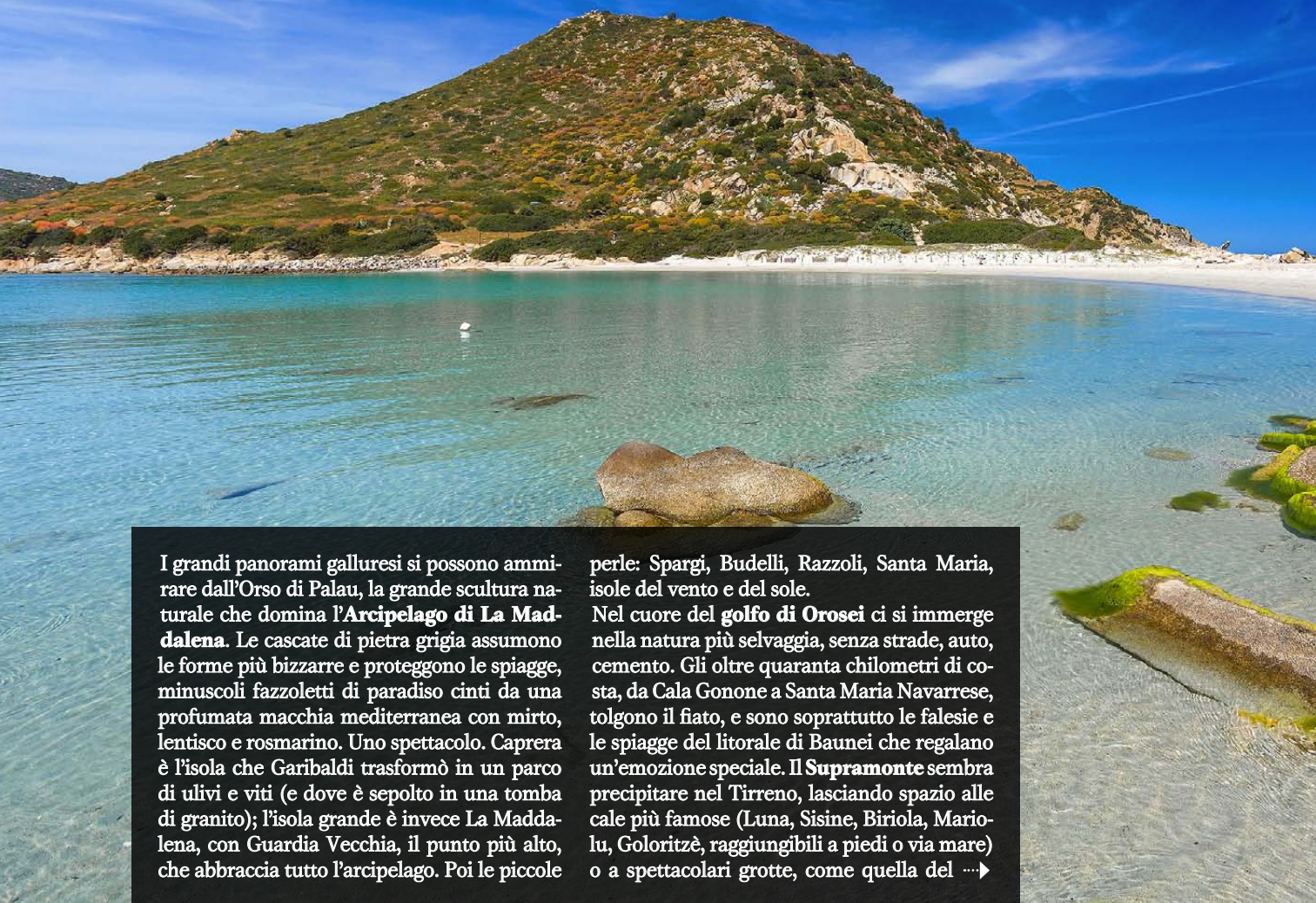
Dove la natura è un vero spettacolo

Spiagge da sogno e scogliere affacciate su ampi orizzonti, graniti modellati dal vento e isole affioranti da acque cristalline. Lascia senza fiato il ritratto di questa terra unica

Testi **Lello Caravano**
Fotografie **Alessandro Addis**

«Siamo il regno ininterrotto del lentisco e delle onde che ruscellano i graniti antichi»

Dà la sensazione di essere sulla tolda di una nave: si domina il panorama, il mare e le scogliere; quando soffia il maestrale sembra di essere in balia delle onde e delle raffiche, quando è bonaccia il promontorio regala colori decisi: il verde delle euforbie, l'azzurro del Mediterraneo, il bianco dei calcari. **Capo Caccia** è un avamposto dell'Isola, e si erge possente come un animale preistorico. È il simbolo di Alghero, L'*Alguer*, città catalana, con i suoi bastioni e le sue acque ricche di aragoste e coralli (non a caso inseriti nello stemma comunale insieme ai pali gialli e rossi di Aragona). Uno scrigno di natura, regno in passato del capriolo (il daino): la scala del Cabirol (656 gradini) porta direttamente alla grotta di Nettuno con le sue splendide sale, un tempo dimora della foca monaca. Paesaggi da non perdere, quasi una carta d'identità dell'Isola. Le scogliere dall'alto regalano larghi orizzonti, lungo le falesie il mare si incontra con la terra e i contrasti si accentuano. Da nord a sud, calcari e graniti si susseguono, si alternano a calette che invitano ai tuffi soprattutto nei mesi meno affollati, giugno e settembre.

«Siamo una terra antica di lunghi silenzi e di orizzonti ampi e puri»

I grandi panorami galluresi si possono ammirare dall'Orso di Palau, la grande scultura naturale che domina l'**Arcipelago di La Maddalena**. Le cascate di pietra grigia assumono le forme più bizzarre e proteggono le spiagge, minuscoli fazzoletti di paradiso cinti da una profumata macchia mediterranea con mirto, lentisco e rosmarino. Uno spettacolo. Caprera è l'isola che Garibaldi trasformò in un parco di ulivi e viti (e dove è sepolto in una tomba di granito); l'isola grande è invece La Maddalena, con Guardia Vecchia, il punto più alto, che abbraccia tutto l'arcipelago. Poi le piccole perle: Spargi, Budelli, Razzoli, Santa Maria, isole del vento e del sole.

Nel cuore del **golfo di Orosei** ci si immerge nella natura più selvaggia, senza strade, auto, cemento. Gli oltre quaranta chilometri di costa, da Cala Gonone a Santa Maria Navarrese, tolgono il fiato, e sono soprattutto le falesie e le spiagge del litorale di Baunei che regalano un'emozione speciale. Il **Supramonte** sembra precipitare nel Tirreno, lasciando spazio alle cale più famose (Luna, Sisine, Biriola, Mariolu, Goloritzè, raggiungibili a piedi o via mare) o a spettacolari grotte, come quella del ···▸

In questa foto: Capo Malfatano, nel territorio di Teulada, costa sud. Sopra, da sinistra: la spiaggia di Punta Molentis, presso Villasimius; il canyon di Gorropu, presso Urzulei e Orgosolo. / *This picture: Cape Malfatano, on the south coast. Above, left to right: the beach of Punta Molentis, near Villasimius; Gorropu canyon, near Urzulei and Orgosolo.*

«Siamo la solitudine selvaggia, il silenzio profondo, lo splendore del cielo»
Grazia Deledda

Bue Marino. Qui è nato il **Selvaggio blu**, uno dei trekking più affascinanti d'Europa, il più impegnativo del Mediterraneo: sui sentieri dei caprari e dei carbonai si va alla scoperta di un ambiente primordiale fra mare e montagna.

Il paesaggio dei graniti torna più a sud, fra **Castiadas** e **Villasimius**. Panorami, candidi arenili, isole di roccia come Serpentara e Cavoli (col suo bel faro dell'Ottocento): ecco la meta degli appassionati di snorkeling e immersioni per incontri ravvicinati con delfini, barracuda e altri pesci tropicali nelle acque dell'Area Marina Protetta.

Villasimius è l'antica *Crabonaxa* (intensa l'attività dei carbonai nella foresta dei Sette Fratelli, spettacolare montagna che domina la costa sud-orientale dell'Isola), e la vecchia terra degli scalpellini: a Punta Molentis sono ancora ben visibili i resti della lavorazione del granito.

C'è un paesaggio che si può ammirare anche in auto, lentamente, con piacevoli soste sulle piazzole che si affacciano sul mare. È il litorale fra **Chia** e **Teulada**, le perle a 50 e 70 chilometri da Cagliari: qui si aprono le grandi spiagge di Chia (comune di Domus de Maria), poi Tuerredda, Piscinnì, Campionna fino al porto vecchio di Teulada e alle calette militari che aprono le porte ai turisti in estate. D'obbligo una sosta a **Capo Malfatano**, con gli antichi moli sommersi del porto cartaginese che poteva ospitare centinaia di navi: vale la pena armarsi di pinna e maschera e si può anche salire sino alla vecchia torre, straordinaria vedetta su questo tratto di costa. A piedi, in auto, in mare: ci si può tuffare in molti modi nei paesaggi da non perdere. ✤

In questa foto: Cala Lunga, Isola di Razzoli, Arcipelago di La Maddalena. **A destra:** Cala Soraya, chiamata anche Cala Ciaccaro, Isola di Spargi, Arcipelago di La Maddalena. / ***This picture:*** *the cove called Cala Lunga on Razzoli Island, Maddalena Archipelago.* ***Right:*** *Cala Soraya, also known as Cala Ciaccaro, on Spargi Island, Maddalena Archipelago.*

In questa foto: il promontorio calcareo di Capo Caccia, lungo la costa occidentale. Sotto: Cala Goloritzè, lungo la costa orientale.
This picture: Cape Caccia calcareous headland on the west coast. Below: Cala Goloritzè, a small cove on the east coast.

LANDSCAPES

When nature puts on a show

Experience the breathtaking, unmatched beauty of Sardinian coastline

It's like going on the deck of a ship: you command the horizon, the sea and the cliffs, when the mistral is blowing it seems to be at the mercy of the waves and the gusts of wind, when the sea is dead calm the headland gives off distinct colours, the green of the euphorbias, the azure of the Mediterranean, the white of the limestone rocks. ***Cape Caccia*** *is an outpost of the island, lifting itself up like a beast from prehistory. It is the symbol of Alghero, L'Alguer, a Catalan city, with its bastions and its waters rich with spiny lobsters and coral (it is not by chance that these figure in the civic coat-of-arms together with the yellow and red vertical stripes of Aragon). Nature's casket, where the wild roe deer once ruled, no different from the fallow deer: the staircase of the Cabirol (656 steps) takes you straight to the grotto of Neptune with its splendid rooms, at one time home to monk seals.*

The scenery is not to miss, almost the island's identity card. Cliffs afford you broad views, headlands where the land meets the sea, where the contrasts are more striking. From north to south limestone and granite follow on from each other, they alternate with coves where you are tempted to take fantastic dips especially in the less crowded months, June and September.

The great panoramas of Gallura can be admired from Orso di Palau, the great natural sculpture that overlooks the ***Archipelago of the Magdalene****. Cascades of grey rock that take on the most fantastic shapes and shelter the beaches, often little handkerchiefs of paradise surrounded by a perfumed Mediterranean scrub of myrtle, lentiscus and rosemary. There is Caprera, the island that Garibaldi turned into a park of olives and vines (and where he is buried in a granite tomb), then there's the large island, La Maddalena, with Guardia Vecchia, its highest point, from where your eyes encompass the whole archipelago. Then the other pearls: Spargi, Budelli, Razzoli and Santa Maria.*

At the heart of the ***Gulf of Orosei*** *you can immerse yourself into a wilder nature, without roads, nor cars, nor concrete. More than forty kilometres of coast, from Cala Gonone to Santa Maria Navarrese that take your breath away. It is particularly the cliffs and beaches of the sea's edge at Baunei that give you this special emotion. The Supramonte looks as if it is falling down into the Tyrrhenian, giving room to the most famous coves (Luna, Sisine, Biriola, Mariolu, Goloritze, that can be reached on foot or from the sea) and to spectacular grottoes, such as Bue Marino. It was here that the Selvaggio Blu, one of the most fascinating trekking routes in Europe, was born – one of the toughest in the Mediterranean: on paths used by goat herders and charcoal burners you can discover a primordial environment between the sea and the mountainside.*

The granite landscape reappears further south, ***between Castiadas and Villasimius****. Panoramas, long and white beaches, islands of rocks such as Serpentara and Cavoli, a spot loved by the snorkelers and underwater swimmers to get near the dolphins, barracudas and other tropical fish in the waters of the Protected Marine Area. Villasimius is the* Crabonaxa *of antiquity (intense activity by charcoal burners in the forest of the Seven Brothers, the spectacular mountain that overlooks the south-east coast of the island) but it was also the land of the stone carvers: at Punta Molentis remains of granite working are still clearly visible.*

There is also a landscape that you can admire from a car, slowly, with pleasing stops on the parking places that face the sea. This is the coastline ***between Chia and Teulada****, pearls that are 50 and 70 kilometres from Cagliari. The wide beaches of Chia, then Tuerredda, Piscinnì, Campionna and as far as the old port of Teulada and the military bases that open their doors to tourists during the summer. But first let's stop at* ***Cape Malfatano****, with its ancient submerged wharves of the Carthaginian port that were able to welcome hundreds of ships: a harbour sheltered from the winds, it is worth putting on flippers and a diving mask as well as going up to the old tower, an extraordinary lookout on this stretch of coast. On foot, by car or by sea: there are so many ways that you can plunge into these unmissable landscapes.* ✤

INFO

Grotte di Nettuno.
Apertura: tutti i giorni 8-19, partenza battelli dal porto di Alghero. / *Open all days; by boat, from Alghero harbor.*
Alghero (SS), località Capo Caccia, 0799/790.54.

Oasi Naturale Le Prigionette.
Per un'immersione nella natura tra daini, asinelli bianchi e cavallini della Giara.
A dip in the wilderness among deers, white donkeys and little horses. **Parco Naturale Regionale di Porto Conte, Alghero (SS), 0799/450.05, www.parcodiportoconte.it**

Trekking Selvaggio Blu.
Percorsi di 1, 3, 5 o 7 giorni.
1, 3, 5, 7 days hikes.
Cooperativa Goloritzè. Baunei (OG), località Golgo, 368/702.89.80, www.coopgoloritze.com
Società Speleologica Baunese. Santa Maria Navarrese (OG), porto Turistico, 333/963.43.49, www.grottadelfico.it.
Mitico Selvaggio. 329/823.89.11, www.miticoselvaggio.com

Escursioni in barca nell'Arcipelago di La Maddalena: / *Boat trips in the Maddalena Archipelago:* Ivan Zanchetta, 338/708.93.00.

Ristoranti

Ai Tuguri.
Cucina mediterranea sardo-catalana; conto 50 €. / *Sardinian and Mediterranean cuisine; average check 50 €.*
Alghero (SS), via Maiorca 113, 0799/767.72.

Il Pesce d'Oro.
Cucina di mare; conto 30-40 €.
Seafood; average check 30-40 €.
Alghero (SS), via Catalogna 12, 0799/526.02.

La Grotta.
Cucina marinara di qualità; conto 50 €.
High quality seafood; average check 50 €.
La Maddalena (OT), via Principe Di Napoli 3, 0789/73.72.28.

Sa Tankitta.
Cucina di mare; conto 30-40 €.
Seafood; average check 30-40 €.
Villasimius (CA), via Umberto I 140, 070/79.13.38.

I Due mari.
Bar, ristorante e stabilimento balneare.
Bar, restaurant and bathhouse.
Villasimius (CA), Punta Molentis, 393/407.76.32.

Aquadulci.
Cucina di mare accanto alla spiaggia di Su Giudeu; conto medio 40 €.
Seafood, average check 40 €.
Domus De Maria (CA), viale Chia, 070/923.05.55.

Da Gianni.
Specialità marinare; conto medio 40 €.
Seafood, average check 40 €.
Teulada (CA), località Porto Budello, 070/928.30.15.

In questa foto: il sorgere del sole allineato con il nuraghe Is Paras, a Isili. **In basso:** uno scorcio del monumento prenuragico di Monte d'Accoddi. / ***This picture:*** *the sunrise at Is Paras nuraghe, near Isili.* ***Below:*** *a glimpse of the Monte d'Accoddi pre-nuragic archaeological site.*

All'inizio li presero per matti: cosa c'entravano i nuraghi col sole e la luna, solstizi e lunistizi e fenomeni celesti? Poi, a poco a poco, ***gli studi degli archeoastronomi sardi*** *cominciarono a fare breccia. Oggi le loro ipotesi, confermate da riscontri che paiono essere scientificamente inconfutabili, sono condivise e divulgate dalle più importanti riviste internazionali di archeoastronomia, nondimeno gli accademici sardi le tengono in spregio in un assordante silenzio, dopo averle definite fantasticherie.*
Nata nel 1919 con gli studi sull'orientamento delle piramidi di Giza condotti dall'inglese Norman Lockyer, universalmente considerato il padre dell'archeoastronomia, questa disciplina è entrata oggi a pieno diritto in varie università e si dedica a investigare la conoscenza che gli antichi abitanti della Terra avevano dei fenomeni celesti.
Come sottolinea un altro grande studioso inglese, Clive Ruggles, la disciplina si basa non solo sui dati della moderna astronomia, ma anche sull'analisi "antropologica" di come le società primitive si rapportassero ai fenomeni cosmici, visto che il cielo formava parte integrante del loro mondo e dell'ambiente circostante.
In Sardegna, negli anni 70, i pionieri sono stati Carlo Maxia, Edoardo Proverbio e Lello Fadda; negli ultimi 25 anni il protagonista assoluto è ***Mauro Peppino Zedda****, il "contadino-archeologo", come ama definirsi, che ha condotto numerosi studi su molti dei settemila nuraghi sardi, sui monumenti funerari noti come "tombe dei giganti", su pozzi sacri, dolmen e* domus de janas.
I risultati delle sue ricerche dimostrano quanto è ormai scontato per Stonehenge, per le piramidi egizie e i teocalli

ARCHEOASTRONOMIA

Vedere i nuraghi seguendo le stelle

Acquistano sempre maggior credito gli studi sull'orientamento delle costruzioni protostoriche sarde in relazione agli astri, come già accaduto per Stonehenge e le piramidi

Testi **Aldo Brigaglia e Giovanni Manca Di Nissa**

*messicani: **i monumenti del popolo nuragico furono costruiti seguendo parametri astronomici**.*
Uno dei primi fenomeni analizzati è stato il preciso allineamento che i nuraghi della valle di Brabàciera, nelle campagne di Isili, mostrano con i punti d'arresto del sole e della luna (solstizi e lunistizi). Le ricerche successive hanno condotto ad affermare con certezza l'orientamento astronomico delle tangenti alle torri periferiche dei nuraghi complessi. Gli ingressi dei nuraghi semplici e della torre centrale nei nuraghi polilobati sono quasi sempre orientati verso il punto in cui sorge il sole nel solstizio d'inverno, verso la luna al lunistizio maggiore meridionale, o verso il sorgere del Centauro e della Croce del Sud. Questo riscontro scientifico vale per i più noti siti nuragici dell'Isola. Di particolare interesse risultano gli orientamenti della reggia nuragica di Barumini, del nuraghe Losa di Abbasanta e del Santu Antine di Torralba. Gli studi di Mauro Peppino Zedda hanno richiamato in Sardegna alcune delle più alte autorità scientifiche internazionali nel campo dell'archeoastronomia che hanno confermato il pensiero astronomico ispiratore delle antiche costruzioni sarde.
La scuola di Zedda ha fatto molti seguaci, tant'è che la schiera dei sardi impegnati oggi in questa disciplina (Franco Laner, Paolo Littarru, Augusto Mulas e altri) è sempre più vasta e agguerrita, a dispetto dell'insistente disprezzo con cui vengono considerati dagli archeologi ufficiali «i quali», sostiene uno di loro, «rifiutano l'archeoastronomia, essendo orgogliosamente digiuni di geometria e di astronomia, e anziché guardare la luna continuano a guardare il dito». ✤

Pietre e acqua per catturare gli astri del cielo, singoli menhir o imponenti monumenti per misurare il loro movimento. In Sardegna l'archeologia abbraccia l'astronomia dando vita a una nuova disciplina e a nuovi percorsi turistici all'insegna di riti ancestrali risalenti addirittura all'epoca pre-nuragica (III millennio avanti Cristo). Numerosi i gruppi di studiosi – il più attivo è il cagliaritano *Agorà Nuragica* – che propongono visite ai siti preistorici all'insegna dell'archeoastronomia: uno sguardo alla terra e uno al cielo.

Un viaggio così non può che iniziare dal cuore dell'Isola: da **Isili**, centro del Sarcidano affacciato sul lago Is Barrocus. Nella vicina **valle di Brabàciera** gli studiosi hanno verificato l'allineamento astronomico di trentatré nuraghi: nei solstizi d'estate e d'inverno si può osservare il sole sorgere e tramontare esattamente alle spalle dei monumenti megalitici.

Nella valle, gli esperti organizzano visite all'alba e al tramonto perché un analogo fenomeno si verifica anche al sorgere e al tramontare della luna.

Tra i siti archeologici meta degli appassionati di astronomia, uno dei più importanti è il "gigante di pietra", il **nuraghe Losa di Abbasanta**, il più grande di tutta l'Isola: non solo è astronomicamente orientato, ma è addirittura astronomicamente concepito, cioè è stato eretto in modo da rispettare un preciso disegno astronomico.

Lo s'incontra al chilometro 123 della strada statale 131 Carlo Felice, principale arteria della Sardegna. Durante il solstizio d'estate, il 20 giugno, il tramonto segue esat-

tamente l'imponente linea murale del nuraghe: un appuntamento che anche quest'anno sarà seguito da numerosi appassionati.
Se il moto del sole è tangibile sulle pietre tozze del nuraghe Losa, il movimento della luna si rispecchia su quelle perfettamente levigate del vicino **pozzo sacro di Santa Cristina**, **a Paulilatino** (ingresso al chilometro 115 della statale 131). Definito «il più sofisticato osservatorio astronomico lunare dell'antichità» dallo studioso franco-polacco Arnold Lebeuf, il pozzo sacro lega il culto dell'acqua ai moti lunari che, come quelli solari, scandiscono il passare del tempo.
Proseguendo verso Sassari lungo la statale 131, al chilometro 173 si incontra il bivio per il **nuraghe Santu Antine di Torralba**. Il monumento ciclopico, costituito da un'imponente torre centrale e da un bastione trilobato con altre tre torri circolari ai vertici, è ormai un'immancabile meta degli amanti dell'archeoastronomia. A parere di alcuni, il monumento sarebbe stato concepito in base a principi

Sopra, da sinistra:
il maestoso nuraghe Santu Antine, a Torralba; un megalite sferico e l'altare di Monte d'Accoddi; il pozzo sacro di Santa Cristina, a Paulilatino.
Above, left to right: *the cyclopic Santu Antine nuraghe, at Torralba; a circular megalith and the altar of Monte d'Accoddi; the sacred well of Santa Cristina at Paulilatino.*

astronomici: pareti murarie allineate con gli assi solstiziali e ingressi rivolti in direzione del sorgere della luna. Non solo: la disposizione di Santu Antine assieme ai sette nuraghi vicini riproporrebbe lo schema della costellazione delle Pleiadi con il monumento principale a rappresentare la stella di Alcyone.
Le osservazioni più emozionanti sono quelle che si possono direttamente sperimentare nelle belle notti estive, soprattutto a ridosso del solstizio d'estate. Tra i centri di riferimento non può mancare l'**altare di Monte d'Accoddi**, a metà strada tra Sassari e Porto Torres.
Si tratta di una sorta di ziggurat mesopotamica (caso unico nel Mediterraneo) risalente al periodo pre-nuragico, attorno al 3000 avanti Cristo. Un imponente masso circolare con una circonferenza di quattro metri ha fatto legare il monumento al culto del sole. Menhir, pietre sacrificali e insediamenti rendono questo luogo ancor più misterioso e tutto da scoprire. ✤

Il nuraghe trilobato Is Paras, presso Isili.
The Is Paras trilobate nuraghe at Isili.

L'orientamento del nuraghe Santu Antine

Solstizi e lunistizi sarebbero alla base del progetto di uno dei giganti della civiltà nuragica / *The solstice and lunastice alignment could be the "hidden agenda" behind the project of the most imposing Sardinian nuraghe*

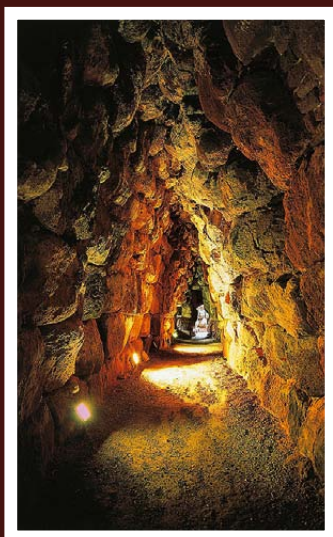
Illustrazioni di **Giorgio Albertini**

Alba del solstizio d'inverno

Tramonto del lunistizio maggiore meridionale

Alba del lunistizio maggiore meridionale

Alba del lunistizio maggiore settentrionale

I disegni ricostruttivi del nuraghe Santu Antine lo mostrano nei quattro momenti fondamentali legati agli orientamenti astronomici individuati dagli studiosi. / *Santu Antine nuraghe in four key moments related to the astronomical orientations which have been identified by scholars.*

Una delle gallerie all'interno del complesso nuragico Santu Antine. / *One of the many galleries inside the Santu Antine nuraghe.*

INFO

Nuraghe Losa
Apertura: tutti i giorni dalle 9 a un'ora prima del tramonto; ingresso 5 €. / *Open all days, 9-1h before sunset; admission 5 €.* **Abbasanta (OR), statale 131 km 123, 0785/523.02, www.nuraghelosa.net**

Area Archeologica Santa Cristina
Apertura: tutti i giorni, dalle 8,30 all'imbrunire; ingresso 5 €. / *Open all days, 8,30-sunset; admission 5 €.* **Paulilatino (OR), località Santa Cristina, statale 131 km 115, 347/774.67.47, www.archeotour.net**

Nuraghe Santu Antine
Info a p. 54. / *See page 54.*

Altare preistorico di Monte d'Accoddi
Apertura: aprile-settembre, martedì-sabato 9-19, domenica 9-14; ottobre, martedì-domenica 9-14; ingresso 3 €. / *Open from April to September tue-sat 9-7pm, sun 9-2pm; on October, tue-sun 9-2pm; admission 3 €.*
Sassari, ex statale 131 km 222, 079/200.80.72.

edigraphcomunicazionevisiva

BRIOSO
INTENSO
AMABILE

SARDO FINO ALL'ULTIMA BOLLICINA

SARDEGNA ITALIA
WWW.CANTINADIMOGORO.IT

Vedere i nuraghi seguendo le stelle

ARCHAEOASTRONOMY

Aligned with the stars

Sardinian megalithic monuments enclose a true astronomical mystery

Stones and water for the capture on earth of the stars and of the sky, single menhirs or imposing monuments to measure their movements. In Sardinia, archaeology embraces astronomy and gives rise to new tourist routes in search of ancestral rites which go right back to the pre-Nuragic age (III millennium BC). Numerous groups of scholars, the most active being at the nuragic Agorà of Cagliari, offer conducted tours of the sites for archaeoastronomy. One eye is turned to the earth and the other to the sky. Such a journey can only begin in the middle of the island: at ***Isili****, the centre of the Sarcidano area and facing the shores of Lake Barrocus. In the nearby* ***valley of Brabàciera*** *there were discoveries of the impressive astronomical alignments of thirty-three nuraghe placed in such a way that during the summer and winter solstices you can observe the rising and the setting of the sun exactly on the line of the megalithic monuments. The experts also make visits at sunrise and at sunset because the same phenomenon may be verified for the rising and setting of the moon.*

Amid the sites that are frequented by enthusiasts of astronomy there must also be included the "stone giant", the ***nuraghe Losa at Abbasanta****, the largest in the whole island, a nuraghe that is not only astronomically orientated but is even conceived astronomically, or otherwise "folded" into an astronomic design.*

It is to be found at kilometre 123 along the State highway No 131, the "Carlo Felice", Sardinia's main artery. During the summer solstice, the 20th June this year, the sunset falls directly on the imposing lines of the walls of the nuraghe: an occasion that will be witnessed by many enthusiasts.

If the movement of the sun is tangible on the stocky walls of the nuraghe Losa, the moon's movements are mirrored on the shiny surfaces of the nearby ***sacred well of Santa Cristina at Paulilatino*** *(entered from kilometre 115 of highway 131). Defined as «the most sophisticated lunar astronomical observatory in antiquity» by the Franco-Polish scholar Arnold Lebeuf, the well brings together the cult of water with the moon's movements which, like those of the sun, bring to light the passage of time.*

Continuing towards Sassari along highway 131, at kilometre 173 you find the fork in the road for the ***nuraghe at Santu Antine near Torralba****. The Cyclopic monument, consisting of an imposing central tower and a tri-lobed bastion with a further three towers at the top, is a fixture for the lovers of archaeoastrology, according to whom the entire monument was conceived on astronomical principles: wall surfaces aligned with the axis of the solstice and the entrances facing in the direction of the moon's rising. And that's not all. The layout of*

A cyclopic nuraghe replicates the pattern of the Pleiades constellation

Santu Antine together with its neighbouring seven nuraghe replicates the pattern of the Pleiades constellation, its main monument representing the star Alcyone.

You have to try out the excitement and the discoveries during the lovely summer nights of Sardinia and, in particular, at the summer solstice when the main megalithic monuments become the goal of the lover of archaeoastrology.

Among the essential sites do not miss the ***Altar of Monte d'Accoddi****, half way between Sassari and Porto Torres: it is a sort of Mesopotamian ziggurat (the only Mediterranean example) that is supposed to have originated during the pre-nuragic period 3000 years BC. An imposing circular mass of stone four metres in circumference has caused the monument to be linked with the cult of the sun. Menhirs, sacrificial stones and human settlements make this place still more mysterious and still to be fully understood.* ✤

The nuraghi, the sun and the moon

At first they took them to be mad. What was there in common between the nuraghe and the sun and moon, and the solar and lunar solstices and celestial phenomena? Then the study of archaeoastronomy in Sardinia began to make headway. Today, the hypotheses, confirmed in such a way as to be scientifically irrefutable, are shared and spread amid the most important international journals of archaeoastronomy, whilst only the academics in Sardinia hold them in contempt with a deafening silence, having defined this as pure fantasy, if not mere ravings.

Born in 1919 with studies of the orientation of the pyramids of Giza by the Englishman, Sir Norman Lockyer, universally regarded as the father of archaeoastronomy, this discipline has now gained a rightful place in various European universities and is devoted to the study of the understanding by the inhabitants of the ancient world of celestial phenomena. But, as underlined by the English scholar Clive Ruggles, it is based not only on the data of modern astronomy but, above all, on the "anthropological" analysis of how primitive societies understood and related to cosmic phenomena, given that the sky formed an integral part of their world.

In Sardinia the pioneers were, during the 70s, Carlo Maxia, Edoardo Proverbio and Lello Fadda, but for the last 25 years the main protagonist of archaeoastronomy in Sardinia has been ***Mauro Peppino Zedda****, the "rural archaeologist" (his own definition) who has completed numerous studies on many of the seven thousand nuraghe scattered throughout the island, on its funerary monuments known as 'the tombs of the giants", on sacred wells, on the dolmen and on the "houses of janas".*

The results of his research show, just as is recognised for Stonehenge, for the pyramids in Egypt and for the Mexican teocalli, that

*also the monuments of the nuragic peoples were built on astronomical parametres.
One of the first phenomena to be analysed was the precise alignment that the nuraghe in the valley of Brabàciera, in the countryside round Isili, showed with the stopping points of the sun and the moon (solstice and lunastice).
The following series of researches have definitely confirmed the astronomical orientation of the peripheral towers of the nuragic complex. The entrances of the simple nuraghe and of the central tower of the polybate nuraghe are almost always pointing to where the sun rises at the winter solstice, towards the moon at the main south lunastice or towards where the Centaur rises in the Southern Cross. This scientific results hold true for the most famous Sardinian Nuragic complexes, such as Barumini, Losa nuraghe at Abbasanta and Santu Antine at Torralba.
Studies by Mauro Peppino Zedda have summoned to Sardinia some of the greatest international scientific authorities in the field of archaeoastronomy, and they have confirmed the astronomical thought behind the ancient Sardinian constructions.
The "school" of Zedda has attracted many followers, so much so that the roll-call of Sardinians occupied today in this discipline (Franco Laner, Paolo Littarru, Augusto Mulas and others) is always growing and more willing to fight, in spite of the contempt with which they are regarded by official archaeologists. «These people – as one of them maintains – refuse to accept archaeoastronomy, vainly abstaining from geometry and astronomy, and, instead of looking at the moon, carry on looking at their thumb».* ✤

I&G

Case Vacanza
San Teodoro
Sardinia Italy

via Rinaggiu
tel +39 0784 866051 - fax +39 0784 851359
info@casevacanzasanteodoro.it
www.casevacanzasanteodoro.it

HOTEL RISTORANTE
TRADIZIONALE
SU LITHU
★★★★
Bitti (NU) Sardegna

Loc. Sa Pineta 08021
Tel. +39 0784 413012 - Fax +39 0784 413205
www.sulithu.it - info@sulithu.it

In questa foto: statuina in ossidiana di Angelo Ortu. **Nella pagina precedente, dall'alto:** ossidiana del monte Arci; i "grottoni", ripari sotto roccia in località Is Passiabis. ***This picture:*** *obsidian figurine by artist Angelo Ortu.* **Previous page, top to bottom:** *obsidian from Mount Arci; the "grottoni", rock shelters near Is Passiabis.*

MONTE ARCI (Oristano)

Camminando sui sentieri neri

È il colore dell'ossidiana, pietra lucente come vetro, estratta da questa montagna vulcanica e lavorata nel Neolitico. Oggi nei piccoli centri di Masullas e Pau si tiene viva la memoria di questo materiale antichissimo

Testi **Lello Caravano** * Fotografie **Enrico Spanu**

I sentieri sono tappezzati di vetro nero. Si cammina tra sughere e olivastri su pietre lucide e scure come il corvo (non a caso la chiamano *pedra crobìna*), scheggiate e lavorate dagli uomini di ottomila anni fa: frammenti taglienti come rasoi, spesso punte di frecce e di lance perfettamente lavorate, abbandonate sul terreno da migliaia di anni, che l'acqua trascina a valle dalle antiche officine di lavorazione. L'ossidiana luccica come oro nero, **è il tesoro del monte Arci, la grande montagna vulcanica** che si affaccia sul golfo e gli stagni dell'Oristanese da una parte, sulla Giara di Gesturi e di Siddi dall'altra.

A metà Ottocento, il senatore piemontese Alberto della Marmora, geologo e viaggiatore, raccontò che sembrava di camminare sui cocci di una fabbrica di ampolle nere. Da allora il paesaggio non è cambiato. Tra i paesini di Masullas e Pau si apre un mondo antico, in una Sardegna squassata dalle eruzioni vulcaniche di quasi quattro milioni di anni fa, sulle tracce dell'uomo del Neolitico che non conosceva i nuraghi e non aveva ancora scoperto i metalli. L'ossidiana era preziosa: **veniva scheggiata per farne strumenti da taglio e armi, e fu oggetto di scambio** con altre genti. Quella proveniente dal monte Arci, di ottima qualità, è stata ritrovata nell'Italia centrale e nel sud della Francia. Qui si compie un viaggio indietro nel tempo, tra musei, sentieri e panorami in una terra profondamente legata alla sua storia, oggi valorizzata anche in chiave turistica: Masullas e Pau con il Parco Geominerario hanno dato vita al Centro Italiano Cultura dell'Ossidiana.

A Masullas, il paese dei melograni, in uno spettacolare scenario naturalistico fra grotte e boschi, si può visitare **Conch'e Cannas, il più grande giacimento di vetro nero del Mediterraneo**, al centro di un importante progetto di recupero ambientale. «Qui c'è il cuore di un'antica civiltà; è emozionante passare per le stazioni litiche che ancora oggi custodiscono migliaia di frammenti di pietre lavorate», dice il sindaco Mansueto Siuni, motore di tante iniziative culturali nell'accogliente paese dell'Alta Marmilla. Nella montagna del vetro vulcanico ci si ···▸

Sopra: la colata lavica di Su Colombargiu, in località Conch'e Cannas (Masullas). **A sinistra:** uno dei sentieri dell'ossidiana sul monte Arci (Pau). **A destra:** il megapillow lavico di Su Carongiu de Fanari, in località Gutturu Forru (Masullas), formatosi 23 milioni di anni fa.
Above: *the lava flow of Su Colombargiu, Conch' e Cannas (Masullas).* ***Left:*** *one of the many Obsidian trails on Mount Arci (Pau).* ***Right:*** *the 23 millions years old megapillow lava known as Su Carongiu de Fanari, near Gutturu Forru (Masullas).*

A sinistra, dall'alto: il Geomuseo di Masullas, ospitato nell'ex convento dei Cappuccini; due sale del Museo dell'Ossidiana di Pau, istituito nel 2007 e unico in Italia.
Left, top to bottom: the Geomuseo of Masullas, housed in a former Capuchin monastery; two rooms of the Obsidian Museum, established in Pau in 2007 and still one of a kind in Italy.

INFO

Geomuseo di Masullas
Ospitato nell'ex convento dei Cappuccini, presenta una ricca collezione di fossili e minerali, e una "stanza fluorescente" che vale la visita. Lo gestisce la coop Il Chiostro che organizza visite guidate a Conch'e Cannas e a Su Carongiu. Aperto: mercoledì-domenica 10-12 e 16-19; ingresso 4 €. / *Housed in a former Capuchin monastery, it shows a rich collection of fossils and minerals, and a "fluorescent room" that is worth the visit. It is managed by the coop Il Chiostro which organizes guided tours to Conch' e Cannas and Su Carongiu. Open wed-sun, 10-12, 4-7pm; admission 4 €.*
Masullas (OR), piazza Convento, 0783/ 99.11.22, www.geomuseomontearci.it Coop Il Chiostro, 389/177.71.00.

Museo dell'Ossidiana
Racconta la storia del vetro nero con supporti multimediali e audioguide. Lo gestisce l'associazione culturale Menabò che si occupa anche delle escursioni sul monte Arci. Aperto: mercoledì-domenica, 10-12 e 16-19; ingresso 4 €. *Managed by the cultural association* Menabò *which also organizes trips to Mount Arci, open 10-12, 4-7pm; admission 4 €.* **Pau (OR), via San Giorgio 8, 0783/93.40.11, www. museossidiana.it Associazione Culturale Menabò, www.associazionemenabo.it**

Gioielli e oggetti in ossidiana

Atiartisticu Specializzato nelle casette in trachite. / *Little houses carved in trachyte.* **Narbolia (OR), via Regina Elena 18, 348/477.66.10.**

Laboratorio orafo di Peppino Mele. Oristano, piazza Mariano 26, 0783/783.63.

Ristoranti

Taraxi Nell'oasi naturalistica di Masullas, piatti di mare e terra; specialità *crocoristas*, pasta fresca tipica del paese. / *Local seafood and traditional meat dishes in the oasis of Masullas; do not miss the typical pasta called* crocoristas. **Masullas (OR), località Taraxi, 347/914.37.26.**

Abas Specialità tipiche e pizza. / *Local delicacies, pizza, traditional dishes.* **Ales (OR), corso Cattedrale 62, 0783/09.83.93.**

può imbattere in splendidi esemplari di pietre nere e in rarissimi pezzi rossi, marrone o maculati, che spesso si trovano anche nelle collezioni private o nei musei. A Pau, appena trecento abitanti, sono ben sette gli itinerari nel bosco alla scoperta dell'ossidiana, **nella più estesa officina di scheggiatura del Neolitico**, venti ettari. Da non perdere *Scaba crobìna* (il sentiero del Corvo), un cammino che s'inoltra tra sughere e tappeti di fiori primaverili sino alle terrazze naturali che si affacciano sul golfo di Oristano e capo san Marco.
Su questi sentieri si può passeggiare o andare in bicicletta (sono presenti tre rifugi comunali). Il sindaco Franceschino Serra ricorda che ogni primavera il monte Arci ospita la Gran Fondo dell'ossidiana, con centinaia di bikers attratti da una natura superba e da una pietra con un forte valore magico: *su coccu*, il tradizionale amuleto sardo che si appendeva alle culle dei bambini, ha l'anima in ossidiana, cui si attribuiva il potere di difendere da spiriti maligni ed energie negative.
Al vetro nero è dedicato il **Museo dell'Ossidiana di Pau**, l'unico monotematico in Italia, che, come ricorda l'archeologa Giulia Balzano, «racconta la storia geologica e antropologica di ottomila anni fa».
Una storia che si ritrova nel **Geomuseo di Masullas**, ricco di minerali e fossili, e con una bella sala dedicata ai vulcani. Entrambi fanno rivivere la Sardegna di milioni di anni fa, e propongono numerose escursioni nel territorio alla scoperta della pietra lucente nata nelle viscere del monte Arci. ✤

Conch'e Cannas, Masullas.

Camminando sui sentieri neri

MONTE ARCI

Walking on the black trails

Black is the most common colour of obsidian, a magic volcanic glass

Trails are black glass carpeted: it's obsidian. All around you can see the usual colors of cork and olive trees, but under your feet there's a strange shiny stone, blacker than a raven (locals call it pedra crobìna). It's **the ancient stone that was chipped and worked by men 8.000 years ago**: razor-sharp fragments, perfectly worked arrow-heads and spears still lie on the ground. The obsidian is the sparkling black gold and the hidden treasure of Mount Arci, the large volcanic mountain between the ponds of the Oristano region and the Giara of Gesturi and Siddi.
In the mid 19th century, the Piedmontese general Alberto della Marmora, a famous geologist of the time, wrote that walking here he got the impression to walk on the shards of a black glass factory. Nothing has changed since then. Between the villages of Masullas and Pau **you can still find the ancient traces left by Neolithic men** who did not know the nuraghi and had not yet discovered metals. At those times, obsidian was a very precious material; it was chipped to make cutting tools and weapons and was largely traded: the high quality obsidian of Mount Arci has been found in central Italy and southern France. The municipalities of Masullas and Pau, together with the authorities of the Sardinian Parco Geo-minerario, have founded some years ago the Italian Centro di Cultura dell'Ossidiana in order to protect the local volcanic glass. At Masullas, the village of pomegranates, surrounded by an exquisite natural scenery, you can visit **Conch'e Cannas, the largest black glass field in the Mediterranean**, today at the core of a complex environmental project. «Here, in this land, the heart of an ancient civilization is still beating: it's exciting to visit a prehistoric lithic industries site that still preserves thousands of fragments of carved stones», says Mansueto Siuni, the mayor of this cozy village. Exploring the slopes of Mount Arci, the volcanic glass mountain, you can find specimens of black obsidian and very rare red, brown, even spotted pieces, most of which ends up in private collections or in museums. Near Pau, today a small village inhabited by just 300 people, in prehistoric times the largest Neolithic site of chipped stone industry, there are **seven different trails among the woods to discover the traces of the ancient black gold**: do not miss Scaba crobìna (the crow path), a trail that wanders between cork trees and carpets of spring flowers, and ends in a natural terrace overlooking the Gulf of Oristano. On these trails you can walk or ride a bike or just relax.

Mount Arci volcanic area is a major source of obsidian since prehistoric times

The mayor of Pau, Franceschino Serra, adds: «Every spring, the Mount Arci area is home to the Gran Fondo dell'Ossidiana, a very special cycling event which attracts hundreds of bikers». In this land, obsidian is considered a special stone with a strong magic power: su coccu is the traditional Sardinian amulet that is tied to the baby cradle; it is made of obsidian, credited with the power to defend against evil spirits and negative energies. If you like to know more about this magic black glass, visit the **Museo dell'Ossidiana of Pau**, the only one of its kind in Italy, which – as the archaeologist Giulia Balzano says – «tells us a fascinating geological and anthropological story». The very same story which is told by the **Geomuseo of Masullas**, rich in minerals and fossils, which tells us how was Sardinia millions of years ago. ✤

A destra: il matrimonio del campione mondiale di surf, Niccolò Porcella, a Cala Luna nel 2015. **In alto:** l'arrivo in barca degli sposi a Cala Luna. / ***Right:*** *the wedding of the world surfing champion Niccolò Porcella, at Cala Luna (2015).* ***Above:*** *the couple's landing at Cala Luna, in the Gulf of Orosei.*

Il "sì lo voglio" più romantico

In riva al mare o a bordo di un veliero, in un antico faro o in una chiesa campestre fra balli folk. E ancora: nozze fra i fondali marini o a bordo piscina. Sempre più coppie scelgono la magia di questa terra per un matrimonio davvero speciale

Testi **Michela Seu**

La Sardegna non assomiglia a nessun luogo, è un'Isola fuori dal tempo e dalla storia: da quando D.H. Lawrence appuntò queste impressioni di viaggio – venne qui, con sua moglie, nel 1921 – non sembra passato neppure un giorno. Il fascino dell'Isola resta immutato, al punto che pronunciare "sì, lo voglio" suona qui più romantico che altrove. In effetti, sempre più coppie italiane e straniere scelgono l'Isola per unirsi in matrimonio in una cala fiabesca, in mezzo alla natura lussureggiante, in un'antica dimora tradizionale.

Le trasparenze dell'acqua e i riflessi perlati del litorale costituiscono la scelta più frequente: gli appassionati di immersioni amano sposarsi fra i fondali marini (belli quelli di **Solanas**, lungo la costa sud-orientale dell'Isola), mentre chi preferisce l'emozione di una gita in barca può raggiungere isolotti come quello dell'Ogliastra, nei pressi di **Arbatax**, dove ci si sposa in costume da bagno. Poco distante, nella suggestiva Cala Luna, è convolato a nozze il campione mondiale di surf Niccolò Porcella. A bordo del *Pulcinella*, un affascinante veliero norvegese del ···▸

Sopra: le tradizionali fedi sarde. **Sotto:** la sposa si prepara in una stanza di *Su Gologone*. **Nella pagina precedente, dall'alto:** festa di matrimonio su una terrazza di *Su Gologone*; matrimonio in spiaggia al *Forte Village*. ***Above:*** *Sardinian traditional wedding rings.* ***Below:*** *bridal preparations at* Su Gologone. ***Previous page, top to bottom:*** *a wedding party on a terrace at* Su Gologone*; wedding on the beach, organized by* Forte Village.

Marido e muzere, basàdebos bene "Marito e moglie: baciatevi bene"

Sopra: il talamo nuziale secondo la tradizione gallurese. **Sotto:** centrino di pane inamidato pieno di riso benaugurale.
In basso: la danza *Scottis*, tipica dei festeggiamenti matrimoniali galluresi.
Above: *traditional preparation of a wedding bed in Gallura.*
Below: *the traditional starched doily, full of the rice which will be thrown on the bed as a sign of good luck.* ***Bottom of page:*** Scottis, *the wedding dance of Gallura.*

1927, è possibile ambientare il book fotografico o trascorrere una mini crociera con gli invitati, navigando fra le isole dell'arcipelago de La Maddalena: è una delle esclusive esperienze offerte dagli hotel e resort **Delphina**, incastonati come perle tra la vegetazione e le più rinomate spiagge della Gallura.
I romantici che vogliono dirsi di sì sotto un arco di fiori profumati, a piedi nudi sulla sabbia, esaudiscono i propri desideri al ***Forte Village***, il resort che si affaccia direttamente su una delle più belle spiagge di Santa Margherita di Pula. Tutto qui, dai giardini interni alle incantevoli ville con piscina, è pensato per la felicità degli sposi e degli invitati. Più classico ma sempre carico di suggestioni è l'antico **Convento di San Giuseppe**, a pochi passi dal centro storico di Cagliari.
Non assomiglia davvero a "nessun luogo" un'altra magnifica e ambita location: **Capo Spartivento**, un promontorio roccioso nell'estremo sud dell'Isola, completamente isolato, nell'incantevole baia di Chia. Qui è possibile vivere le nozze come in una fiaba, all'interno di un faro datato 1856 (ancora funzionante) adibito oggi a guest house esclusiva, con quattro suite e due mini appartamenti da sogno. Dentro domina lo charme a cinque stelle, fuori la natura selvaggia e silenziosa.
La Sardegna ha anche un volto rustico: chiesette campestri, dolci suoni di launeddas, piatti della tradizione, balli folk nei porticati odoranti di elicriso e mirto. I novelli sposi innamorati della "sardità" coronano i loro sogni a ***Su Gologone***, l'hotel esperienziale incastonato tra l'omonima sorgente carsica – la più grande e spettacolare dell'Isola – le vette del Supra- ····▸

monte e, poco più distante, le spiagge dorate di Cala Gonone. Qui sposi e invitati possono anche assistere alla preparazione dei pani tipici, osservare le antiche tecniche di cottura della carne allo spiedo e ammirare le manifatture di abili artigiani, sempre circondati da arredi, tessuti e atmosfere tipici di una terra fortemente legata agli antichi riti popolari.
In Sardegna le tradizioni legate al matrimonio, in particolare, si tramandano con ossequioso rispetto di generazione in generazione. ***Primavera in Gallura*** è una manifestazione itinerante nel nord-est dell'Isola che mette in scena gli usi e costumi dell'antico sposalizio gallurese. I festeggiamenti iniziano con la preparazione del letto nuziale a opera delle donne, e proseguono con una goliardica promessa di matrimonio (detta la *pricunta*) e balli folk sino a tarda sera.
Il giorno delle nozze, gli sposi in abito tradizionale sono benedetti dalle mamme con la *razzia* (la grazia, fatta di petali di rose e chicchi di grano) e assistono all'apotropaica rottura di un piatto sull'uscio. Dopo lo scambio della fede sarda, gli sposi raggiungono lo *stazzo* (l'antica dimora campestre della Gallura) a bordo di un carro a buoi addobbato a festa. Seguono un abbondante pranzo tipico, la cui portata principale è la *supa di coju* (zuppa del matrimonio) con pane, brodo di manzo e formaggio, il brindisi recitato e i balli.
La celebrazione tradizionale è oggi proposta ai promessi sposi di tutto il mondo dall'agriturismo ***Il Muto di Gallura***, un caratteristico stazzo immerso nella folta vegetazione delle montagne di Aggius, antico e suggestivo paesino dove tutto è rimasto come era un tempo: le facciate in pietra, i viottoli in ciottolato, le lanterne dalla luce soffusa. ✤

Sopra: il resort Thalasso & Spa Valle dell'Erica, a Santa Teresa di Gallura. **Sotto:** mini crociera sul *Pulcinella*, veliero del 1927; è una delle proposte offerte nei resort del gruppo Delphina. **In basso:** nozze al faro di Capo Spartivento.
Above: *the resort Thalasso & Spa Valle dell'Erica, at Santa Teresa di Gallura.* **Below:** *cruise on Pulcinella, sailing ship of 1927; it's a proposal of Delphina Group resorts.* ***Bottom of page:*** *wedding at the old lighthouse of Capo Spartivento.*

SARDO, INDOMABILE.

NEL VINO,
IL CARATTERE DELLA TERRA DI GALLURA.

FUNTANALIRAS. Vermentino di Gallura, denominazione di origine controllata e garantita.

L'arrivo della sposa a Cala Luna, all'inizio della cerimonia nuziale di Niccolò Porcella.
The arrival of the bride at the beginning of the wedding of Niccolò Porcella at Cala Luna.

Il "sì lo voglio"
più romantico

SARDINIAN WEDDING STYLE

Saying "*Yes, I do*" in an unforgettable setting

Sardinia can turn your wedding into something special

This land resembles no other place. Sardinia is out of time and history: David Herbert Lawrence jotted these impressions when he arrived in Sardinia with his wife, in 1921. It holds true still today. The charm of the Island did not changed one iota, and saying "I love you" and "Yes, I do!" here, in this fabulous land, sounds more romantic than ever. More and more Italian and foreign couples choose to marry here, among hidden coves and lush greenery or in old manors full of history and traditions.
Pulcinella, *a Norwegian sailing ship made in 1927, is the perfect setting for wedding photos, and offers the opportunity to make a cruise among the islands of La Maddalena archipelago. This is one of the unique experiences offered by* ***Delphina*** *hotels and resorts, "pearls" of Gallura. Diving enthusiasts love to get married on the seabed, off the shore line of Solanas, along the southeastern coast of the Island, while those who prefer the thrill of a boat ride can reach an islet near* ***Arbatax****, in Ogliastra, where people get married in swimsuit.*
Romantic people who love to get married under an arch of fragrant flowers, hand in hand, barefoot on soft sand, find their dream place at **Forte Village***, a wonderful resort situated on one of the most beautiful beaches of Santa Margherita di Pula. Here, the little old church is surrounded by pine trees, gardens setting are arranged with grace and elegance, and there are charming villas with private pool for the absolute intimacy of the newlyweds.*
Another picturesque location, highly coveted by the admirers of privacy and luxury, is ***Capo Spartivento****, a rocky headland in the enchanting Chia bay (in the south of Sardinia): you can marry in a fairy tale atmosphere, inside an old lighthouse dated 1856, turned into an exclusive guest house, with only four suites and two dream apartments.*
Do you love an intimate spiritual atmosphere? A classic location is the old ***St. Joseph's Convent****, a short walk from the historic center of* **Cagliari***. Do you favor a rural atmosphere? The Island has it: old country chapels, the sweet sounds of launeddas, traditional food and folk dances, helichrysum and myrtle aromas. The best place where you can enjoy this unique taste is* **Su Gologone***, the "experience hotel" nestled among a karst spring - the largest and most spectacular of the Island - the peaks of Supramonte and, a little further away, the golden beaches of Cala Gonone.*
The Island wedding traditions, which are handed down from one generation to another with obsequious care, find their golden moment during the ***"Spring in Gallura"****, a traveling exhibition in the northeast of Sardinia, entirely devoted to the ancient wedding customs of Gallura. The prenuptial celebration begins with the preparation of the nuptial bed by local women, goes on with the traditional marriage vows (the exuberant* pricunta*) and ends with folk dances in late evening. In the morning of the wedding day, the bride and the groom in traditional dress are blessed by their mothers with the* razzia*: rose petals, grains of wheat and the breaking of a plate next to the home door. The ceremony goes on with the exchanging of the traditional wedding rings; finally the newlyweds get in a typical oxcart and reach the* stazzo*, the Gallura country cottage where they enjoy a hearty Sardinian lunch, whose main course is the wedding beef and cheese soup (*supa di coju*), followed by toasts and dances. This traditional wedding ceremony is proposed to the betrothed from all over the world by the farm holiday* **Il Muto di Gallura***, surrounded by the mountains of Aggius and their bushy greenery. Here everything is still as it was centuries ago and even now you can see stone facades, cobbled alleys and the soft light of old lanterns.*✤

INFO

Delphina Hotels & Resorts
Palau (OT), località Cala di Lepre, 0789/79.00.18, events@delphina.it www.delphina.it

Forte Village
Santa Margherita di Pula (CA), statale 195 km 39,6, 070/92.15.16, www.fortevillageresort.com

Convento San Giuseppe
Cagliari, via Paracelso (prolungamento via Parigi), 070/50.33.43, www.conventosangiuseppe.com

Faro Capo Spartivento
Domus De Maria (CA), viale Spartivento, 333/312.96.38, 349/070.13.67, www.farocapospartivento.com

Hotel Su Gologone
Oliena (NU), località Su Gologone, 0784/28.75.12, www.sugologone.it

Il Muto di Gallura
Aggius (OT), località Fraiga, 079/62.05.59, 328/988.22.22, www.mutodigallura.com

La mappa del gusto sull'isola dei sapori

La Sardegna custodisce innumerevoli prelibatezze. Pesce, carne, pane, paste, dolci e vino: un giacimento gastronomico dono del mare e della terra, ma anche frutto di sapienti e secolari trasformazioni

Testi Ornella D'Alessio ∗ Fotografie Alessandro Addis

In questa foto: pane *carasau* appena sfornato in un panificio di Ovodda. **Nella pagina precedente:** fiori di zafferano raccolti a San Gavino Monreale. ***This picture:*** *fresh-baked* Carasau *bread, Ovodda.* ***Previous page:*** *saffron flower harvesting at San Gavino Monreale.*

Sardegna: una ricca tavolozza di sapori, colori e profumi perché ogni borgo conserva con orgoglio le proprie tradizioni gastronomiche. Paesini che si trovano a pochi chilometri di distanza uno dall'altro realizzano il medesimo piatto in modi straordinariamente difformi. Ecco il limite e al tempo stesso la forza dell'Isola.

Il periplo tra i numerosi giacimenti gourmand, dal porcetto, indiscusso re della tavola, ai crostacei, non può che iniziare dall'**aragosta** che ad **Alghero** è più saporita che altrove. I pescatori algheresi hanno sempre sfidato i marosi su gozzi e spagnolette armati a vela latina per spingersi a pescare con le nasse sino all'isola di Mal di Ventre. La *llagostà* (in algherese) è presente in molti piatti della cucina tipica. Il miglior luogo per acquistarla fresca è il "nuovo mercato del primo pescato", nel porto di Alghero. Salvo i periodi di fermo, l'aragosta si trova ogni giorno su tutti i banchi.

Nell'**Oristanese** primeggia la **bottarga**, nobile trasformazione delle uova di muggine o cefalo, usata come condimento sui primi o sul pane con un filo d'olio extravergine. La bottarga, dall'arabo *batarikh*, è da sempre una preziosa merce di scambio nel Mediterraneo e quella dei muggini degli stagni di Cabras pare fosse già apprezzata da Fenici e Romani.

Una fuga verso l'interno, in direzione di San Gavino Monreale, Turri o Villanova Franca, nel **Medio Campidano**, consente di acquistare il miglior **zafferano**: il 60% della produzione nazionale proviene da queste zone. Scenografico il colpo d'occhio tra fine ottobre e inizio novembre, quando i prati si tingono di viola per la fioritura e il profumo dello zafferano aleggia ovunque nell'aria e attorno ai laboratori di trasformazione (dove lo si può acquistare direttamente). I sardi lo usano molto in cucina: nei *malloreddus* alla campidanese, per esempio, e nelle *pardulas*, tipici dolci a base di ricotta o formaggio.

Altro alimento tanto antico quanto prelibato è il **tonno rosso**, il migliore al mondo. Viene pescato sull'isola di San Pietro, in una delle ultime tonnare ancora in funzione nel Mediterraneo. Le conserve di vero *bluefin* sardo sono riconoscibili dalla dicitura "tonno di corsa" sulle lattine: è il tonno della mattanza di maggio-giugno, oggi non più cruenta come un tempo.

Chi apprezza ingredienti e prodotti locali di qualità non può rinunciare a una tappa al coloratissimo **Mercato civico di San Benedetto di Cagliari**, il più grande d'Italia e uno dei più estesi d'Europa. Due piani per complessivi ottomila metri quadrati di prelibatezze: carni, verdure, formaggi (al primo piano) e pesce freschissimo (a pian terreno). ⟶

In questa foto: lavorazione dello zafferano a San Gavino Monreale. **A destra, dall'alto:** un pescatore di Alghero; filetto di tonno rosso all'olio extravergine aromatizzato al mirto, ristorante Al Tonno di Corsa, Carloforte. **Nella pagina precedente, da sinistra:** preparazione della bottarga presso il Nuovo Consorzio Cooperative Pontis, Cabras; pescivendolo al mercato di San Benedetto, Cagliari. / *This picture: saffron hand processing at San Gavino Monreale. Right, top to bottom: fisherman in Alghero; marinated red tuna steak, from the Restaurant Al Tonno di Corsa, Carloforte. Previous page, left to right: bottarga hand processing at Cabras; a fish seller at the market of San Benedetto, Cagliari.*

Tra le carni, un ruolo di rilievo spetta all'**agnello Igp**. Nelle anfore delle navi puniche affondate nel mare di Cagliari sono stati trovati resti di carne d'agnello cucinata con olive e vino, proprio come si fa ancora oggi: un piatto casalingo da gustare in agriturismo con cardi o carciofi.
La Sardegna è terra di foreste e di **miele**, prezioso prodotto della biodiversità isolana. L'Ente Foreste della Regione organizza la smielatura in tre sedi diverse e vende il miele in loco. Quello **amaro di corbezzolo** lo si acquista d'inverno nella sede di **Berchidda**, mentre in estate trionfano i mieli di millefiori e lavanda.
Elemento identitario dell'Isola è il **Pecorino Sardo Dop**, prodotto solo in Sardegna e garantito dal Consorzio di Tutela. Lo si gusta in tanti modi diversi in base al grado di stagionatura. Ne esiste infatti una varietà dolce, più fresca, e una matura, con almeno due mesi di stagionatura. Altro formaggio della tradizione è il ***casizolu***, una provoletta preparata con il latte delle vacche sardo-modicane dalle donne di **Santu Lussurgiu e del Montiferru**.
Il formaggio si sposa alla grande con il **pane**, altra ricchezza isolana. Non a caso si dice *pane e casu e binu a rasu*, «pane, formaggio e un bicchiere pieno di vino». Fin dall'antichità i pani erano preparati dalle donne e variavano nella forma e nella qualità secondo le zone e il periodo dell'anno. Esistono infatti i pani delle feste e delle ricorrenze, così belli da sembrare trine da collezione, e pani quotidiani, tra cui il più noto è il *carasau*, oggi preparato anche con farine integrali.
Vere specialità sono i *moddizzosu* e i *coccoi* tipici della Sardegna centro-meridionale, ricca di campi di grano. Il pane, come in altre regioni italiane, è al centro di innumerevoli ricette tipiche, dalla zuppa gallurese o *cuata* al pane *a fittas*, usato come se fosse la pasta, condito con pomodoro fresco e pecorino.
Vere bandiere delle tavole locali sono anche le **paste**: i *culurgionis* ogliastrini sono sfoglie di pasta fresca ripiene di patate e pecorino che dal 2015 vantano il marchio Igp; le *lorighittas* sono la pasta tipica di Morgongiori e dintorni, molto apprezzata dai grandi chef sardi; la *fregula* è una pasta minuta di semola, a palline irregolari, cucinata in genere con le arselle.
Chi ama i **dolci** non può perdere una visita a Quartu Sant'Elena, alle porte di Cagliari, capitale regionale delle prelibatezze tipiche con i suoi *candelaus*, amaretti e *gueffus*. ✤

In questa foto: stagionatura del pecorino in un caseificio, Nulvi. **A destra, dall'alto:** miele sardo di corbezzolo; *coccoi pintau*, il pane delle feste, a Orroli. **Nella pagina precedente:** vite di Carignano sull'isola di Sant'Antioco. ***This picture:*** Pecorino *cheese drying racks, at Nulvi.* ***Right, top to bottom:*** *strawberry tree honey;* coccoi pintau*, a Sardinian celebration bread.* ***Previous page:*** *a* Carignano *vineyard in the island of Sant'Antioco.*

Vigne di Vermentino in Gallura, presso Tempio Pausania. / *Vermentino vineyards in Gallura, near the town of Tempio Pausania.*

Eccellenza nel bicchiere

Da quando il principe degli enologi Giacomo Tachis ha iniziato a occuparsi di Sardegna i vini sardi sono rinati con una nuova impronta. La punta di diamante della produzione sarda è stato il *Turriga*, presentato nel 1988, cui hanno fatto seguito altri vini eccellenti. Basti pensare al Vermentino di Gallura, unico Docg dell'Isola, i cui vitigni sono coltivati in Gallura, nel nord-est dell'Isola (il Vermentino di Sardegna viene invece prodotto in quasi tutto il territorio regionale). Il Cannonau dell'Ogliastra e del Nuorese è forse il vitigno sardo più noto e diffuso; il Nepente di Oliena, il vino preferito di Madonna, è assai apprezzato nel mondo. A Mamoiada si produce uno dei Cannonau più potenti e longevi, il Mammuthone, dal nome delle tradizionali maschere locali. Tra le produzioni limitate spiccano la Malvasia di Bosa, menzionata anche nel film *Mondovino* e perfetta con i dolci, e la *Vernaccia di Oristano*, ottima come aperitivo o come vino da meditazione per il gradevole retrogusto di mandorle. Sempre più raro trovare il Monica e il Bovale in purezza, coltivati soprattutto nella zona del Mandrolisai per produrre, con l'aggiunta di Cannonau, la Doc Mandrolisai. Il Bovale in purezza è utilizzato anche per la piccola Doc Campidano di Terralba, limitata all'oristanese. Tipico per il sapore asciutto e leggermente tannico è il Cagnulari coltivato negli areali di Uri e Usini per produrre un Igt e intorno ad Alghero per la Doc Alghero Cagnulari. Un grande successo ha premiato negli ultimi tempi Carignano del Sulcis, prodotto dalle piccole e grandi cantine della Sardegna meridionale e dotato di uno splendido ventaglio odoroso, con note terziarie, che regala un'esperienza olfattiva travolgente. E per finire in bellezza, non resta che citare il Torbato, un bianco fruttato e secco che accompagna con eleganza l'aragosta e i crostacei.

INFO
www.sardegnaturismo.it
www.sardegnaagricoltura.it

Sardinian outstanding wines

Sardinian wines began the road to success when Giacomo Tachis, the king of wine experts, started to take care of them. In 1988 star of the Sardinian production was the Turriga*; since then many other high quality wines have followed, as the noble* Vermentino di Gallura*, the island's only Docg, whose vineyards covers the sweet hills of Gallura.*
Cannonau *wine is produced in the province of Nuoro and in Ogliastra, and is one among the best known and more widespread Sardinian vines. In Mamoiada you can find a strong and special Cannonau version, called* Mammuthone*, just as the traditional local mask.*
Do not miss two limited production wines: the Malvasia di Bosa*, a perfect choice with sweets and cakes, and the* Vernaccia di Oristano*, an aperitif and a sipping wine for its pleasant almond aftertaste.*
From the rare vines of Monica and of pure Bovale, cultivated mainly in central Sardinia, comes the Mandrolisai Doc *wine. Pure Bovale vine it is also used for a small Doc called* Campidano di Terralba *(produced in the province of Oristano).*
From the Cagnulari vines, grown in the zones of Uri and Usini, comes a Doc wine called Alghero Cagnulari.
A growing success rewards the Carignano del Sulcis*, an ancient wine of Phoenician origin, produced by small and large wineries in the South of Sardinia. Last but not least, we should mention the* Torbato*, a dry white wine which goes very well with lobster and shellfish.*

GASTRONOMY

Sardinia: the ultimate gourmet guide

Come with us to discover the Sardinian traditional art of preparing tasty delicacies

Sardinia offers you an incredibly rich palette of flavors, colors, and aromas: every town and village of the Island retains its ancient customs and traditions, and its typical recipes and dishes. Often the same food is prepared and cooked in very different ways, even if the villages are located only a few kilometers away.
If you are a true gourmet, do not miss both the typical **roasted suckling pig**, undisputed king of the Sardinian table, and the **lobster of Alghero**, the savory queen of the Island. Alghero fishermen have always challenged the waves to catch lobsters near the island of Mal di Ventre by means of two traditional boats: the gozzo, a small double-ended fishing boat, and the spagnoletta, a lateen sail boat. Lobster, in Alghero called llagostà, is the star of many local recipes and dishes, but if you want to cook it by yourself, go to the new market, the "Mercato del primo pescato", in the Alghero harbor: you will find the best and freshest lobsters of all Sardinia.
In the province of **Oristano**, the not to be missed local delicacy is the traditional **bottarga**, i.e. salted, cured fish roe, typically of the grey mullet or of the red tuna, here used as a very special dressing for the pasta or smeared on a slice of bread with a drizzle of extra virgin olive oil. The bottarga, from the Arabic word batarikh, has always been a valued commodity in the Mediterranean and the Sardinian one, made from the mullets of the Cabras ponds, was the most popular and sought-after by ancient Phoenicians and Romans.
To buy the best **saffron** you must leave the coastline and head inland, towards San Gavino Monreale, Turri or Villanova Franca, three villages in the region of **Medio Campidano**, which give the 60% of the overall Italian saffron production. Come here, if you can, between late October and early November: it's the saffron flowering season, the meadows are tinged with purple, and the strong saffron aroma is everywhere. Even in the kitchens: this precious spice is an important ingredient of the Campidanese malloreddus, a traditional type of pasta, and of the pardulas, delicate little pies, stuffed with a filling of ricotta cheese.
In the south of Sardinia, the quintessential delicacy is the savory **bluefin tuna** (also called the red tuna). It is caught in May-June near the island of San Pietro, in one of the last working tuna fisheries in the Mediterranean. You can recognize it by the high price and the wording "tonno di corsa" on the label of tuna cans.
If you like to discover high quality local products, make a stop at a colorful market, the **"Mercato civico di San Benedetto"** in Cagliari town: a true gourmets' paradise in 8,000 square meters (one of the largest markets in Europe). At the ground floor you will find fresh seafood, at the first floor meat, cheese, and vegetables.

You cannot claim to know Sardinia until you sit down at a true Sardinian table

Not to be missed the **Sardinian lamb** with "marchio IGP" (Protected Geographical Indication status). In the amphoras carried by the ancient Punic ships, which sank in the Gulf of Cagliari, scholars have found many remnants of lamb, cooked with olives and wine, just as Sardinians are still doing today (it's a homemade dish you can taste in the many holiday farms, accompanied by local thistles and artichokes).
Sardinia is a land of woods, **bees and honey**. The regional Ente Foreste (the Forestry Agency) produces and sells the local honey in many locations. Buy the bitter **"miele di corbezzolo"** (strawberry tree honey) in Berchidda; in summer, you can also taste the **"millefiori"** (the wildflowers honey) and the lavender one.
Another typical food of Sardinia is the pecorino, a renowned cheese made from ewe's milk. The true **Pecorino Sardo Dop**, produced only here, is guaranteed by the Consortium (Dop is Pdo, Protected Designation Origin) and can be tasted in may ways (it depends on its aging). Another superb local cheese is the **casizolu**, an ancient and precious dairy cheese (the cows race is "sardo-modicana"), traditionally made by the women of Santu Lussurgiu and Montiferru villages.
Pane e casu e binu a rasu: «Bread and cheese and a glass full of wine». This ancient Sardinian saying brings us from the local cheese to the accompanying **bread**, another delicacy of this Island. Since ancient times, bread was prepared by women in a lot of varieties, depending on the geographical area and on the time of year.
Perhaps the best known is the pane carasau, a traditional flatbread which now is also made with whole grain flours. Local specialties are the moddizzosu and the coccoi of the south-western regions of Sardinia. The bread is also a special ingredient of many recipes, from the cuata, the typical soup of Gallura, to the pane a fittas, prepared as if it were a kind of pasta, and seasoned with fresh tomatoes and pecorino.
True gourmets love the **culurgionis of Ogliastra**, delicious handmade pasta dumplings with a tasty filling of potatoes, pecorino and mint, the lorighittas, a kind of handmade pasta from Morgongiori village and surroundings, very well known even by the greatest Sardinian chefs, and the fregula, a small sized pasta seasoned with sea clams.
Those who love **cakes and sweets** must visit the village of Quartu Sant'Elena, just outside Cagliari, recognized as the regional capital of sweet delicacies; try its candelaus, amaretti and gueffus and you won't be disappointed. ✤

Luci dell'alba in località Torre Argentina, a 7 chilometri da Bosa, lungo la litoranea per Alghero.
Torre Argentina, 7 chilometers from Bosa, along the coast road to Alghero, at dawn.

BOSA E ALGHERO (OR- SS)

Tra le quinte di un passato illustre

Separate da uno spettacolare tratto di litorale, le due città della costa occidentale condividono l'aspetto elegante di vie e piazze. Merito dei raffinati palazzi eretti nei secoli dal potere pubblico e dall'aristocrazia

Testi **Ornella D'Alessio** * Fotografie **Franco Cogoli**

Le storie e gli stili sono diversi, così come i momenti storici, ma Bosa e Alghero sono accomunate sia dalla lavorazione del corallo, sia dalla presenza di palazzi signorili e sontuose dimore.
Ex città regia durante la dominazione spagnola, agli inizi dell'Ottocento **Bosa** diventa capoluogo di provincia, sede di Prefettura e Intendenza. Se nel Medioevo l'abitato si sposta ai piedi del **castello Malaspina** (XIII secolo), creando il quartiere di *Sa Costa*, alla fine dell'Ottocento con l'abbattimento delle mura inizia l'espansione verso il mare e la riqualificazione dei quartieri storici.
Oggi il piano nobile di uno dei più bei palazzi ottocenteschi affacciati su corso Vittorio Emanuele ospita il **Museo Civico Casa Deriu**. All'esterno tempere murarie e poggioli in ferro battuto, all'interno l'arredo autentico e un pavimento in maioliche dipinte a mano di una residenza signorile ottocentesca, oltre a un'esposizione di pregiati *filet*. L'ultimo piano custodisce le opere dell'artista bosano Melchiorre Melis, uno dei migliori rappresentanti delle arti applicate sarde del XX secolo. Nel palazzo di fronte si visita la **Pinacoteca Civica Antonio Atza**, uno dei titani dell'arte sarda del Novecento.
Da non perdere il ciclo di affreschi all'interno della chiesetta nel castello medievale di Serravalle, che appartenne ai Malaspina, sopra al quartiere *Sa Costa*, e il nuovo **Museo delle Conce**, dedicato all'attività conciaria bosana, iniziata nel Settecento e chiusasi nel 1962.
S'imbocca quindi la statale provinciale 49 verso **Alghero**, un nastro d'asfalto di 40 chilometri a pelo d'acqua. Molti

Sopra: la Torre di San Giovanni e a destra palazzo Simon, in piazza San Francesco ad Alghero. **A destra, dall'alto:** uno scorcio del centro storico di Alghero; piazza Civica, con la facciata di palazzo D'Albis. / ***Above:*** *the Tower of St. John and, to its right, the Simon palace in St. Francis square, Alghero.* ***Right, top to bottom:*** *an alleyway of Alghero; the D'Albis palace in the Civic square.*

Dall'alto: i bastioni Marco Polo alla morbida luce del crepuscolo, Alghero; il paesaggio lungo la litoranea che collega Alghero e Bosa.
Top to bottom: *the part of the ancient fortified walls of Alghero known as Marco Polo Bastions at dusk; the landscape around the coast road between Alghero and Bosa.*

i palazzi nobiliari che arricchiscono il centro storico algherese; pochi sono visitabili, ma basta ammirarne le facciate per capire il ruolo strategico della città nella storia dell'Isola.
In piazza Civica, il salotto buono algherese, hanno sede quattro dei principali edifici storici della città antica. Si comincia con il cinquecentesco **palazzo D'Albis**, ornato da monofore e bifore, raro esempio di architettura civile gotica, ai tempi abitato dal governatore della città. Qui sostavano i viceré dell'isola, obbligati a prestare giuramento al cospetto del vescovo nella cattedrale di Alghero prima di potersi insediare a Cagliari.
Bellissimo, da qualsiasi parte lo si guardi, anche **palau Lavagna**, uno degli edifici più rappresentativi del potere politico ed economico della città. La facciata sulla piazza conserva resti di bifore gotico-catalane e di preziosi decori sopra alle finestre. Dal lato mare si vede solo il tetto della casa, ma dalle alte mura di cinta fanno capolino le chiome delle palme e il verde della vegetazione che lasciano immaginare

Sopra: i riflessi di Bosa sul fiume Temo all'alba. **Sotto, da sinistra:** la chiesa del Rosario a Bosa; veduta del borgo di Bosa da una finestra del Museo Casa Deriu. / ***Above:*** *lights and reflections of Bosa on the river Temo, at dawn.* ***Below, left to right:*** *the church of Our Lady of the Rosary, in Bosa; a colorful glimpse of Bosa from a window of the Museum Casa Deriu.*

Scorcio su piazza Costituzione, Bosa.
A glimpse of Costituzione square, Bosa.

la meraviglia del giardino interno, protetto dalle antiche mura.
Incastonato tra le facciate della piazza, si erge il monumentale ingresso dell'antico **palazzo Civico**, sede dell'antica sala consiliare, oggi di rappresentanza. Imboccando corso Carlo Alberto, subito colpisce il monumentale portale d'accesso di **palazzo Serra**, antico palazzo del *Veguer* (vicario), ristrutturato in un gusto barocco sabaudo (XVIII secolo). Sempre lungo il corso, sulla sinistra spiccano il portale seicentesco e le finestre decorate in stile catalano di **palazzo Guillot** (XVI secolo), conosciuto anche come *palau de la Barona*.
Proseguendo sino a via Roma, s'incontra **palazzo Perretti**, uno dei più imponenti che dopo vari rifacimenti conserva i resti di tre bifore a doppia ghiera, una delle quali sormontata da una rosetta. Spostandosi verso piazza San Francesco si vede lo stemma di famiglia dell'antico **palazzo Simon**, ricostruito a metà del XIX secolo in stile neoclassico nella parte prospiciente la torre di San Giovanni: nella facciata su via Gilbert Ferret e, soprattutto, all'interno conserva intatta la struttura aragonese.
Scendendo lungo la via, ecco l'**Episcopio**, che domina la piazza del Teatro Civico, e l'adiacente **palazzo Machin** (detto anche Casa Doria), della metà del XVI secolo; ha un portale d'ingresso rinascimentale, finestre gotico-catalane sormontate da ricche decorazioni realizzate da scalpellini catalani. Sullo sfondo domina l'antico campanile aragonese. ✤

Club Hotel Ancora
★ ★ ★

Un'oasi di tranquillità nello splendido scenario della Pelosa, a Stintino, immerso nel verde e in riva al mare, con servizi esclusivi per rendere unica la vostra vacanza.

Tel 079 527085 - info@hotelancora.info
www.hotelancora.info

INFO

Museo Civico Casa Deriu e Pinacoteca Melchiorre Melis Apertura: martedì-venerdì 10-13 e 15-17, sabato-domenica 10-13 e 15-18; da luglio a metà settembre sempre aperto. Ingresso 4,50 € valido anche per Pinacoteca Azta. *Open tues-fri 10-1pm and 3pm-5pm; sat-sun 10-1pm and 3pm-6pm; from July to mid-September always open. General admission ticket 4,50 €.* **Bosa (OR), corso Vittorio Emanuele 59, 0785/37.70.43.**

Pinacoteca Civica Antonio Atza
Apertura: martedì-venerdì 10-13 e 15-17, sabato-domenica 10-13 e 15-18; da luglio a metà settembre sempre aperto. Ingresso 4,50 € valido anche per Museo Civico e Pinacoteca. / *Open tues-fri 10-1pm and 3pm-5pm; sat-sun 10-1pm and 3pm-6pm; from July to mid-September always open. General admission ticket 4,50 €.* **Bosa (OR), corso Vittorio Emanuele 74, 0785/37.70.43.**

Castello Malaspina Apertura: tutti i giorni aprile e giugno 10-19, luglio e agosto 10-19,30, settembre 10-18, ottobre 10-17. Ingresso 4 €. / *Open all days; April and June 10-7pm, July and August 10-7,30pm, September 10-6pm, October 10-5pm. Admission 4 €.*
Bosa (OR), via Canonico Nino Colle di Serravalle, 340/395.50.48, 329/850.50.79, www.castellodibosa.it

Museo delle Conce di Bosa
Info a p. 30 / *See page 30.*

Palazzo Civico
Accessibile negli orari di apertura degli uffici. / *Open office hours.*
Alghero (SS), via Columbano 6 , 079/997.88.00.

Ristoranti

Hotel Ristorante Mannu
Lo chef si esprime al meglio nella fregola ai crostacei e nella pescatrice alla catalana. Conto medio 40 €. / *Try the fregula (pasta) with shellfish and the Catalan style angler. Average check 40 €.*
Bosa (OR), viale Alghero 14, 0785/37.53.07.

Ristorante Il Gambero Rosso
Da provare gli spaghetti con cozze, arselle, bottarga, pomini di Terralba e zafferano di Turri. Conto medio 30 €.
Do not miss spaghetti with mussels, clams, mullet roe, cherry tomatoes and saffron. Average check 30 €.
Bosa (OR), via Nazionale 12, 0785/37.41.50.

Ristorante Il Soppalco
Primi fatti in casa, crostacei e pesce freschissimo. Conto medio 25 €.
Homemade pasta, very fresh seafood and shellfish. Average check 25 €.
Alghero (SS), via Giovanni XXIII 3, 079/412.14.12.

BOSA AND ALGHERO

Palaces & residences of Sardinian nobility

The sophisticated side of two old towns on the west coast

The stories and styles are all different, as well as their history, but Bosa and Alghero, both famous for the skills of working with coral, are characterised by their palaces of the nobility and superb stately homes. A former royal city during the times of the Spanish rule, at the beginning of the 19thC ***Bosa*** *became the capital of a province and the seat of a prefecture and government offices. During the middle ages the inhabited settlement moved to the foot of the 13th century* ***Malaspina castle****, thus creating the* Sa Costa *quarter, but at the end of the 19th century the demolition of the perimeter walls led to growth in the direction of the sea and the renewal of the historical areas.*
Today, the piano nobile of one of the loveliest 19thC palaces looking onto Corso Vittorio Emanuele *contains the* ***Casa Deriu Civic Museum****. On the outside it has painted walls and wrought-iron balconies, internally it has authentic decorations of the period and is floored with the hand-painted maiolica of a 19thC upper-class residence and an exhibition of 'filet' lace. The top floor contains works by the artist Melchiorre Melis, one of the finest representatives of Sardinian applied arts in the 20thC. In the palace on the opposite side you can visit the* ***Antonio Atza Civic Picture Gallery*** *named in honour of one of the 'titans' of 20thC Sardinian art.*
You can admire the cycle of frescoes inside the chapel of the medieval castle in Serravalle, which belonged to the Malaspinas, above the Sa Costa *quarter, and the new* ***Museum of Sas Conzas****, devoted to the art of tanning hides in Bosa from 1700 to 1962. Then you can get on to the state highway No 49 (a strip of asphalt 40 kilometres in length and next to the sea) in the direction of* ***Alghero****. There are many palaces of the nobility ornamenting the historic centre of the city; not many are open for visits but it is enough to take a look at their outsides to understand the strategic role of the place in the island's history. In the civic square, the meeting place for its inhabitants, there are four principal historic buildings of the old city.*
You can begin with the 16thC ***D'Albis palace****, decorated with single and double-arch wall openings.*
It is a rare example of secular Gothic architecture, at one time inhabited by the city's governor and an occasional residence for the island's viceroys, who had to swear allegiance in the presence of the bishop of Alghero before being able to take up their role in Cagliari.
Also handsome is the ***Palau Lavagna****. From whichever way you look it makes you dream and reminds you how it was always a building representing political and economic power in the city. The façade looking on to the civic square preserves remains of double-arched openings in the Gothic-Catalan style and valuable décor over the windows.*
On the side towards the sea you only see the top of building but from the height of the city wall you catch a glimpse of the palm trees and the other plants in the building's internal garden as hidden within its ancient walls.

«Beautiful, by my troth» Emperor Charles V talking of Alghero in 1541

Inset between the facades of the square, the old ***Civico palace*** *stands out with its monumental entrance surmounted with a balcony; it was the seat of the old council chamber and now is used for prestigious events.*
At the beginning of Corso Alberto, you immediately come to the monumental entrance of ***Serra palace****, the ancient palace of the* Veguer*, (Vicar), rebuilt in a mixture of styles in the Baroque taste of 18th century Piedmont.*
Further along the Corso there are standing out on the left the 17thC doorway and the decorated windows in Catalan style of ***Guillot palace*** *(16th C), also known as* Palau de la Barona.
Walking a few further metres on, as far as Via Roma, you come to ***Perretti palace****, one of the grandest, which preserves, even after several external makeovers, the remains of three double-arched wall openings with double voussoir mouldings, one of which is surmounted by a rosette.*
Moving on towards St. Francis square you can spot the family coat of arms of the ancient ***Simon palace****, rebuilt half way through the 19thC in the Neo-Classical style on the side looking towards the Tower of San Giovanni: on its frontage towards Via Gilbert Ferret and, above all, internally it preserves intact its fabric from Aragonese times. Going further along Via Gilbert Ferret and passing on the right Via Principe Umberto, you come to the* ***Episcopal Palace*** *that dominates the square of the Civic Theatre and this is flanked by the little jewel of* ***Machin palace*** *(also called the* Casa Doria*), built in the mid-16th century and with an entrance porch in Renaissance style and windows in Catalan Gothic that are surmounted by rich decorations done by Catalan masons.*
In the distance is the ancient Aragonese bell tower. ✤

VILLAGGIO
PISCINA REI

L'emozione di svegliarsi sul mare della Sardegna

Villaggio Piscina Rei
Loc. Costa Rei - 09043 Muravera CA
Tel: 070991089 - Mobile: 3355972348
Email: info@piscinarei.it

sito web: www.piscinarei.it

SANT'ANTIOCO

Veduta dell'isola di Sant'Antioco dallo stagno-laguna di Santa Caterina. / *View of the island of Sant'Antioco from the pool-lagoon of Santa Caterina.*

SANT'ANTIOCO (Carbonia-Iglesias)

Squisite tentazioni in paradiso

Nota per la bellezza delle spiagge e per il fascino delle scogliere, l'isola lungo la costa sud-occidentale custodisce un tesoro di sapori tutto da scoprire: pesce, pane, ortaggi, ma anche vino e birra

Testi **Ornella D'Alessio** * Fotografie **Enrico Spanu**

Benvenuti in paradiso: Sant'Antioco, quarta isola per estensione in Italia, è uno spicchio di Sardegna vivace, animato dal via vai degli isolani e dei turisti. Si raggiunge percorrendo l'istmo che la collega all'isola madre, costeggiando una laguna colorata dal rosa dei fenicotteri. L'isola conquista subito per la sua ricchezza. Tra le zone meno conosciute della selvaggia costa occidentale, raggiungibili solo via mare, si segnalano Porto Sciusciau con la grotta delle Sirene, le Piscine naturali di **Is Praneddas** con l'Arco dei baci e una sequenza di piccole insenature nascoste.

Si possono scoprire gli splendidi paesaggi dell'isola grazie alla ricca offerta di gite in barca a vela e in peschereccio, di trekking a piedi, in fuoristrada o a cavallo; chi ama il relax completo, può limitarsi a godere il mare e il sole sulle magnifiche spiagge, come quella di **Maladroxia**, la più vicina all'abitato principale di Sant'Antioco. Già località termale romana, riserva una curiosa sorpresa: sulla sinistra, vicino agli scogli, infilando i piedi sotto alla sabbia si avverte ancora il tepore dell'antico vulcanesimo dell'isola.

Superato il promontorio che chiude Maladroxia, s'incontra la spiaggia scura di **Coacuaddus** (Coda di cavalli), da cui si vedono gli isolotti della Vacca e del Vitello. Sulla costa occidentale, prima dell'inizio del territorio di Calasetta, ecco **Cala Lunga**, piccolo fiordo che sfuma in una spiaggia bianca. Seguono il **Nido dei Passeri**, scogliera a strapiombo sul mare ideale per la pesca subacquea o a lenza, e spiaggia Grande, la più estesa dell'isola. La penultima insenatura prima di Calasetta è caratterizzata dalla sabbia bianca delle Saline, le cui dune sono coperte da ginepri piegati dal vento; passata la spiaggetta di **Sotto Torre**, ai piedi della torre settecentesca, si raggiunge Calasetta.

Il paradiso è tutto da assaporare. Acquistate il pesce fresco direttamente dai pescherecci o nei **coloratissimi mercatini**: a Sant'Antioco il martedì mattina in piazzale Pertini, a Calasetta il mercoledì mattina sul lungomare. Degustate e acquistate le prelibatezze isolane: ce ne sono tante.

A partire dal tonno, che passa di qui, tra le isole di Vacca, Toro e Vitello e la costa meridionale di Sant'Antioco, prima di giungere alla tonnara dell'isola di San Pietro. Storica l'azienda Salis Efisio che ha appena riaperto il laboratorio in un vecchio

Sotto: il porto di Sant'Antioco. **Nella pagina seguente, dall'alto:** la lavorazione del pesce presso Salis Efisio; i gamberi rossi del ristorante Da Achille; lo chef Achille Pinna; pani tradizionali del Panificio Calabrò; la basilica di Sant'Antioco. / ***Below:*** *Sant'Antioco harbor.* ***Next page, top to bottom:*** *fish processing by Salis Efisio; prawns from the restaurant Da Achille; the chef Achille Pinna; traditional breads by Panificio Calabrò; the basilica of St. Antiochus.*

magazzino di salatura di acciughe e sardine di Sant'Antioco. Da due generazioni inscatola e vende tonno, ventresca, musciame (la "bresaola del mare") e spada affumicato di primissima qualità. A pochi metri ha appena aperto il **MuMa, il Museo del Mare e dei Maestri d'Ascia**, ricco di filmati multimediali, disegni, riproduzioni della flora e fauna del territorio lacustre, testimonianze delle tradizionali imbarcazioni locali.
Negli ultimi 13 anni si è affermato "Solky affumicati e salati" di Fernando Fois, un ex costruttore che nel 2003 ha deciso di occuparsi di trasformazione ittica. Oggi, in un minuscolo punto vendita, smercia quel poco che gli rimane dopo aver esportato in tutto il mondo: tonno rosso e a pinna gialla, bottarga di tonno e di muggine, buzzonaglia.

INFO

Indirizzi a Sant'Antioco

Salis Efisio Possibilità di degustazioni nel nuovo laboratorio. / *Tasting.* **Lungomare Colombo 61, 0781/827.66**.

MuMa - Museo del Mare e dei Maestri d'Ascia Tutti i giorni dalle 9 alle 23. / *Open 9 to 11pm, every day.* **Lungomare Colombo 25, 0781/84.05.62, www.mumahostel.it**

Solky affumicati e salati Piccole degustazioni gratuite su prenotazione. *Free tasting; please, book in advance.* **Via Cavour 164, 0781/84.09.25, 335/699.41.88.**

Panificio Calabrò Degustazione 5 €. / *Tasting* 5 €. **Corso Vittorio Emanuele 140, 0781/830.14, www.panificicalabro.it**

Bon'Ora Orario: 9-13 e 16-19, chiuso la domenica. / *Open 9-13 and 4-7pm, closed on Sundays.* **Via Regina Margherita 14, 348/100.84.68.**

Catacombe della basilica di Sant'Antioco Lunedì-venerdì 9-12 e 15,30-17,30, sabato 10-12 e 15,30-18, domenica 15,30-18,30; ingresso 5 €. / *Open Mon-Fri 9-12 and 3,30-5,30pm, Sat 10-12 and 3,30-6pm, Sun 3,30-6,30pm; admission 5 €.* **Piazza Parrocchiale 22, 0781/830.44.**

Birrificio artigianale e pizzeria Rubiu Aperto dalle 19 e su prenotazione. *Opens at 7pm and on request.* **Via Bologna, 346/723.46.05, www.rubiubirra.it**

Ristorante Da Achille Conto medio 45 €. / *Average check 45 €.* **Via Nazionale 82, 0781/831.05, www.hotel-moderno-sant-antioco.it**

Ristorante Zefiro Conto medio 30 €. / *Average check 30 €.* **Via Giosue Carducci 15, 0781/82.80.14, ristorantezefiro.it**

Cantina Sardus Pater Degustazione e visita alle cantine, da 10 €. / *Tasting and winery tour, from 10 €.* **Via Rinascita 46, 0781/839.37, www.cantinesarduspater.it**

Sardinia Sailing Giornate in barca a vela o charter. / *Sailing tours, charter boats.* **Via Mons Armeni 13, 333/336.74.48, www.sardiniasailing.com**

Pescaturismo Nuova Antonina Giornate in mare e degustazioni. / *Recreational fishing & food tasting.* **Porticciolo turistico Solkimar, 0781/84.04.17, 329/961.21.95, www.nuovantonina.it**

Tuttosantantioco Pescaturismo, trekking a piedi, cavallo e bici. / *Recreational fishing, hiking, horse and bike trekking.* **Piazza Repubblica 11, 0781/198.56.05, 347/639.76.92, www.tuttosantantioco.com**

Una vera scoperta sono i 50 pani diversi, preparati con ben 18 impasti (a base di farine bio e sale iodato), del Panificio Calabrò che propone anche degustazioni su prenotazione. Qui si usa solo il lievito madre sia per il pane - da provare il *civraxiu* di semola sarda, acqua e sale - sia per i dolci: ogni lievito chimico è bandito. Da assaggiare, il pane di ricotta di pecora del pastore, il *panicuntamatiga*, ovvero la focaccia col pomodoro, le gallette, i grissini, il pane e la focaccia con i cereali; tra i dolci spiccano quelli di mandorle e le pardule di ricotta e formaggio fresco. Sull'isola anche i giovani credono nell'alimentazione di qualità. La neonata Bon'Ora, fondata dalla trentatreenne Ester Fadda, lavora prodotti freschi e li trasforma in sottoli eccellenti. Da provare le confezioni di carciofini isolani, di cardi con le patate di montagna di Gavoi, le creme di peperoni, zucchini e melanzane, e a rotazione le confetture che seguono le stagioni: mirto, pomodoro secco e corbezzolo. Davanti alla bottega svetta la **basilica di Sant'Antioco Martire** (patrono della Sardegna) le cui catacombe visitabili conservano le prime tracce del Cristianesimo sardo.
Merita una visita il Birrificio artigianale Rubiu, aperto da ex impiegati

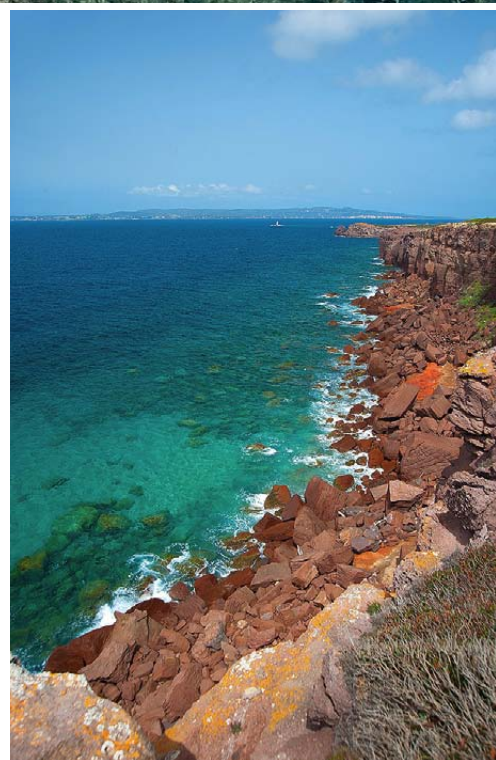
In questa foto: il basso fondale della spiaggia di Coacuaddus. **Sotto:** le falesie del Nido dei Passeri, presso Calasetta. / ***This picture:*** *the Coacuaddus beach.* ***Below:*** *the cliffs known as Nido dei Passeri, near Calasetta.*

All'orizzonte l'occhio non scorge che isole

che hanno lasciato la Lombardia per ritornare sull'Isola. Produce varie birre di cui tre stagionali, da degustare nel loro locale-pizzeria.

Il titano della cucina di Sant'Antioco è lo chef Achille Pinna, che nel suo ristorante Da Achille, all'interno dell'hotel Moderno, declina al meglio i sapori isolani e i prodotti locali. I grandi atout del suo menu sono la tartare di tonno rosso, la *fregula* con i frutti di mare e i gamberi rossi con crema di ceci di Terraseo al finocchietto e, per chiudere, i cannoli di ricotta di capra.

Seduti ai tavoli del Ristorante Zefiro, di fronte alla laguna e alle saline, si assaggiano i piatti della tradizione. Quanti ai vini, ottimi quelli della Cantina sociale Sardus Pater, fondata nel 1949 e tra le poche in Europa ad avere viti franche di piede (non innestate su radici americane) del vitigno Carignano del Sulcis. Produce l'Is Arenas Riserva con almeno sei mesi di barrique, e l'Arruga Superiore, con un anno di affinamento. La novità è AD 49, Vermentino spumantizzato in purezza con il metodo classico, perfetto con pesce e crostacei; pluripremiati il Vermentino Terre Fenice, più fruttato, e il Lugore dalle note più decise e maggiore gradazione alcolica. ✤

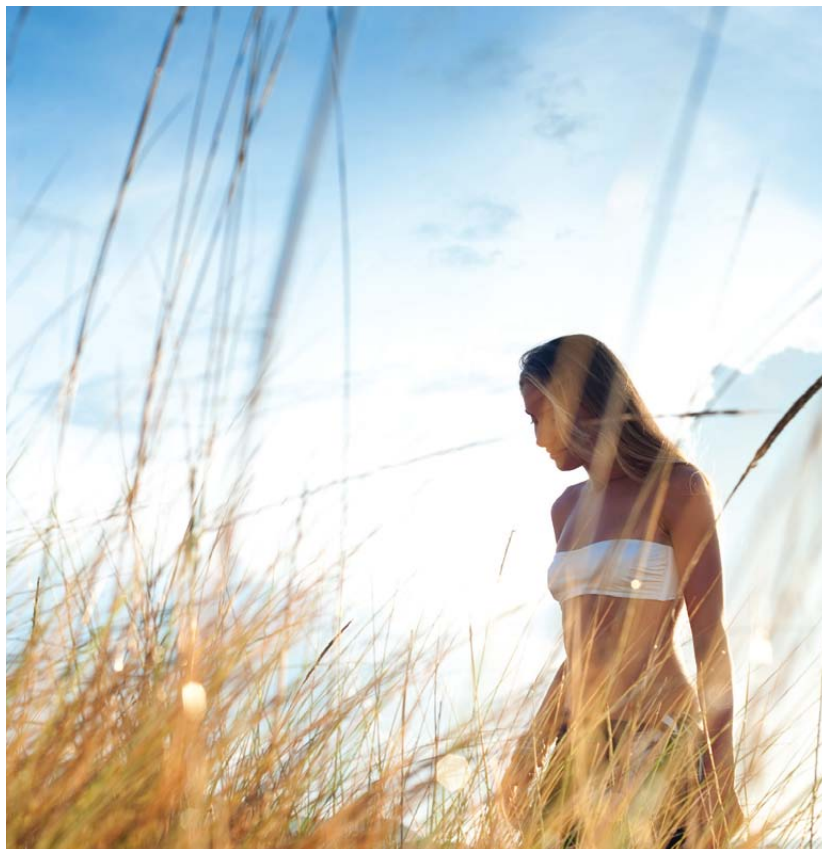
Squisite tentazioni in paradiso

SANT'ANTIOCO

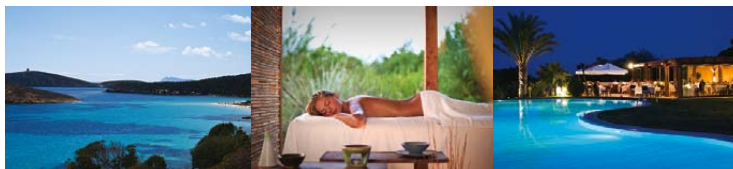
The many temptations of a small paradise

Known for its beautiful beaches, Sant'Antioco island boasts a rich treasure of traditional foods & flavors

Welcome to paradise. Sant'Antioco, the fourth largest island in Italy, is a lively and special place in Sardinia. You can reach it driving along the isthmus that connects it to the main Island and overlooks the pink flamingos lagoon. Sant'Antioco will win your heart if you are a lover of the sea in all its aspects. Among the lesser-known and wildest areas of the west coast, which you can reach only by the sea, there are ***Porto Sciusciau with the Sirens cave*** *and* ***the rocky beach of Is Praneddas*** *with its natural, crystal clear swimming pool. Another beautiful beach is* ***Maladroxia****, the strand of Sant'Antioco town, in the ancient site of Roman Baths. If you get the beach, go left to reach the foreshore near the rocks, and put your feet under the sand: you will feel the volcanic warmth. Beyond the promontory of Maladroxia, there is* ***the black beach of Coaquaddus*** *(Horsetail), facing the two islets of Vacca (Cow) and Vitello (Calf). On the west coast, before Calasetta, there is* ***the white beach of Cala Lunga*** *in a lovely fjord. Keep on going and you'll find firstly the* ***Nido dei Passeri*** *(Sparrow's Nest), an overhanging cliff loved by scuba divers and fishers, and then the* ***Grande beach****, the largest of Sant'Antioco island. If you move on, you will discover the white sand of the Saline beach and its dunes covered by juniper trees bent by the wind; then you'll pass Sotto Torre, at the foot of an eighteenth century tower, and you will shortly arrive at Calasetta.*
Sant'Antioco island is a paradise to live in. We suggest you to buy fresh fish directly from the fishermen and to visit the ***colorful open-air markets****, such as the Sant'Antioco market every Tuesday morning in piazzale Pertini and the Calasetta market every Wednesday morning on the waterfront. Do not forget to taste the many local delicacies.*
Tuna fish is the king of local cuisine. Bluefin tunas swim here, among the islands of Vacca, Toro and Vitello and the south coast of Sant'Antioco, before being trapped by the fishing nets of the island of San Pietro. An old firm called Salis Efisio sells red tuna belly, musciame (a Mediterranean delicacy consisting of filleted salt-cured tuna), highest quality smoked tuna and swordfish. A few steps away, you can find the newly opened ***MuMa, the Museum of Sea and Shipwrights****, where you can enjoy multimedia clips on the topic.*
Another place not to be missed is Solky Affumicati e Salati, a tiny shop whose owner, Fernando Fois, is the wizard of fish processing: here you will find canned and smoked bluefin and yellow fin tuna, processed tuna and mullet roe (bottarga) and marinated dark tuna fillets (buzzonaglia).
In the bakery called Panificio Calabrò you can taste 50 different types of bread, made with 18 different kind of dough; the shop also offers wine tasting experience (please, book in advance). The bakery only uses sourdough starter, especially for local breads such as the civraxu *(made of wheat semolina, water and salt). Do not miss the* pane di ricotta di pecora*, a bread made with* ricotta*, a soft white sheep milk cheese, and the* panicuntamatiga*, a focaccia bread with tomatoes. If you love sweets, try the Sardinian biscuits with almonds, and the* pardulas de arrescottu*, traditional Sardinian tartlets made with fresh cheese and prepared on Easter day.*
Here, in Sant'Antioco island, both old and young people believe in the importance of high-quality food. Bon'Ora is a newly opened company, founded by a young woman, Ester Fadda (she's 33 years old), who processes high-quality fresh food to produce pickles and delicacies preserved in oil. Try the local baby artichokes, the cardoons with mountain potatoes, the many creams made with peppers, zucchini and eggplants, and the seasonal jams made from local myrtle,

Sopra: un gregge davanti alle falesie del Nido dei Passeri. **In alto:** la spiaggia di Maladroxia.
Above: *a flock of sheep near the Nido dei Passeri cliffs.* ***Top of page:*** *Maladroxia beach.*

dried tomatoes and strawberry tree. Opposite Bon'Ora shop stands the **basilica of Sant'Antioco**, the patron saint of Sardinia; in the catacombs under the church you can see the first and most ancient traces of Christianity in Sardinia.
Are you a beer lover? Try the brew of Birrificio Artiginanale Rubiu, a non industrial brewery founded by former employees who left the north of Italy and came back in Sardinia. They produce five different types of brews and three seasonal beers; in their retail outlet you can also eat good pizzas.
The greatest chef of Sant'Antioco is Achille Pinna: in his restaurant Da Achille (look for the Hotel Moderno), you can taste local food at its very best. Do not miss the red tuna tartare, the fregula (a kind of pasta) with seafood and prawns, seasoned with a cream of Terraseo chickpeas, and the sweet cannoli, made with goat soft cheese.
Sitting at a table of Ristorante Zefiro, you will enjoy traditional dishes facing the lagoon and the salinas of Sant'Antioco.
Wine lovers will appreciate the wines of the Cantina Sociale Sardus Pater, a winery and wine cooperative founded in 1949, today with more than 200 members. It is one among the very few Italian and European wineries to cultivate ungrafted vines of Carignano del Sulcis in order to produce both the Is Arenas Riserva (six months in barrique) and the Arruga Superiore (one year aging). The novelty this year is the AD 49, a Vermentino bottle-fermented sparkling wine, while awarded evergreens are the fruity Vermentino called Terre Fenice, and the more alcoholic and strong flavoured Lugore. ✤

immersi
nelle
sensazioni

Sul mare di Chia,
con i suoi silenzi
e la sua luce,
dove il tempo non passa
ma scorre.

chia, domus de maria (Cagliari)
prenotazioni:
tel: +39 070 9230555
e-mail: info@aquadulci.com
www.aquadulci.com

GALLURA E ANGLONA (OT-SS)

Il mondo magico fra stazzo e mare

Alle spalle di cinquanta chilometri di splendide coste, il nord dell'Isola svela paesaggi disegnati dal granito, dalle sughere e dagli ulivi. Panorami affascinanti costellati di testimonianze di una civiltà millenaria

Testi **Aldo Brigaglia** * Fotografie **Gianmario Marras**

Veduta di Castelsardo, al centro del golfo dell'Asinara, nella regione storica dell'Anglona.
View of Castelsardo, at the center of the Gulf of Asinara, in the historical region of northern Sardinia called Anglona.

Sopra: paesaggio gallurese nei dintorni di Calangianus. **Sotto:** escursione sul monte Limbara. **Nella pagina seguente, dall'alto:** la chiesa romanica di Santa Maria di Tergu (1117); la lunetta del portale della chiesa di San Pietro delle Immagini a Bulzi (1100); veduta di Aggius. / ***Above:*** *Gallura landscape near Calangianus.* ***Below:*** *hiking on Mount Limbara.* ***Next page, top to bottom:*** *the Romanesque church of Santa Maria, at Tergu; detail of the lunette of the portal, Church of San Pietro delle Immagini, Bulzi; view of Aggius.*

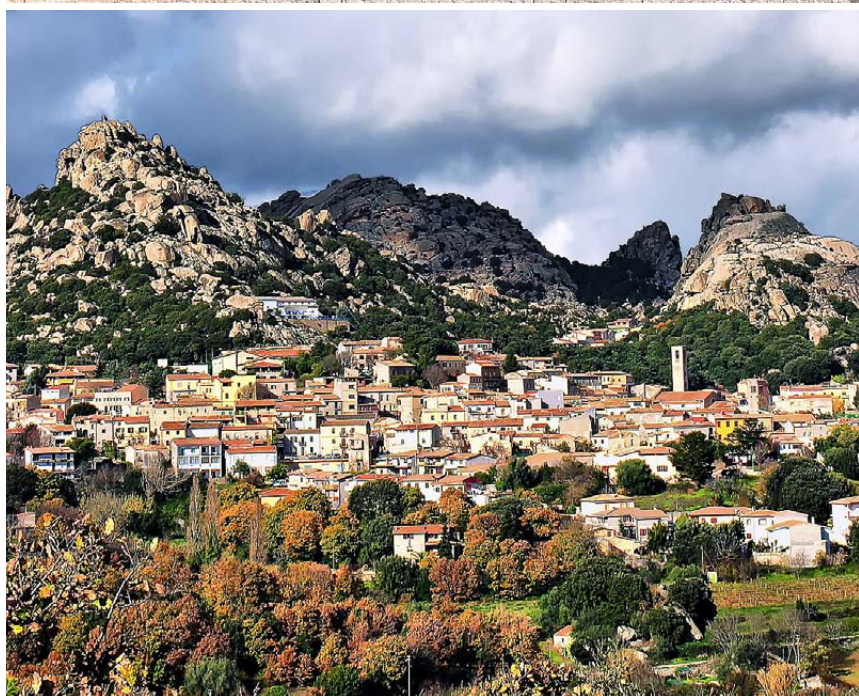
Cinquantacinque chilometri di spiagge tra il golfo di Cugnana e quello di Arzachena, bagnate da un mare con trasparenze verdi e turchesi: è la Costa Smeralda, famosa per la bellezza e la mondanità internazionale. Ma la Gallura non è solo questo. Il suo arco costiero, lungo tutta la spalla nord-orientale dell'Isola, si estende da San Teodoro a Olbia e Golfo Aranci, da Cannigione e Palau a Santa Teresa, e poi, ancora, lungo il golfo dell'Asinara sino alla foce del Coghinas.

Al vertice di questo arco, **Santa Teresa Gallura** vanta due primati: è la cittadina più a nord dell'Isola ed è anche la più giovane; fu costruita duecento anni fa per volere di Vittorio Emanuele I che la intitolò alla moglie Maria Teresa d'Austria. Delizioso borgo marinaro, con le sue linde casette pastello, è meta di turisti innamorati della sua piazza centrale, del porto da cui partono i tra-

ghetti per la Corsica, e della splendida spiaggia di Rena Bianca. Da non perdere l'escursione al **promontorio di Capo Testa**, con le sue incredibili formazioni granitiche, e al sito nuragico di **Lu Brandali** che restituisce tracce delle più antiche inumazioni.

La costa è meravigliosa, ma vale la pena esplorare anche un altro mondo magico: quello della Gallura interna, terra di paesaggi modellati dai graniti e dalle sughere, e terra di gente dai tratti delicati, lascito di una cultura millenaria, la "civiltà degli stazzi", ricca di tradizioni contadine e pastorali.

Tempio Pausania presenta numerose chiese antiche, un centro storico in granito con palazzotti nobiliari, un'antica stazione ferroviaria in stile Liberty con dipinti di Giuseppe Biasi, e la possibilità di escursioni sul monte Limbara: ci si può spingere fino ai mille metri dell'imponente foresta di ⋯▸

INFO

Complesso nuragico Lu Brandali
Tomba dei giganti, villaggio nuragico, torre di difesa. Apertura: tutti i giorni, 9,30-18,30. Ingresso 2 €, 5 € con visita guidata di un'ora. / *Open all days; 9,30-6,30pm. Admission 2 €, 1-hour guided visit 5 €.* **Santa Teresa di Gallura (OT), provinciale per Capo Testa, 349/834.76.98, www.santateresaturismo.it**

Dolmen Ladas
Tutti i giorni, accesso libero / *All days, free admission.* **Luras (OT), via Ariosto, 079/64.52.00.**

Museo Etnografico Galluras
Frammenti di civiltà gallurese. Apertura su prenotazione telefonica (con un'ora di anticipo; ingresso 5 €. / *Open on request (please, call 1 hour in advance); admission 5 €.* **Luras (OT), via Nazionale 35, 079/64.72.81, 368/337.63.21, www.museogalluras.it.**

Meoc - Museo Etnografico "Oliva Carta Cannas"
Apertura: da maggio al 15 ottobre 10-13 e 15-19; ingresso 4 €. / *Open 10-1pm and 3-7pm (from May to October); admission 4 €.* **Aggius (OT), via Monti di Luzu 6, 079/62.10.29, www.museodiaggius.it.**

Museo del Banditismo
Apertura: da maggio al 15 ottobre 10-13 e 16-18; ingresso 4 €, 7 € cumulativo con il Meoc. / *Open 10-1pm and 4-6pm (from May to October 15); admission 4 €, 7 € with Meoc ticket.* **Aggius (OT), via Pretura, 079/62.10.29, www.museodiaggius.it.**

Museo Archeologico e Paleobotanico
Apertura: da giugno a settembre 9-13 e 16-20; maggio e ottobre 9-13 e 15-19; ingresso 3 €. / *Open 9-1pm and 4-8pm from June t o September; May and October, 9-1pm and 3-7pm. Admission 3 €.* **Perfugas (SS), via Sauro 1, 079/56.42.41, www.sarundine.com**

Retablo di San Giorgio
Ingresso 2 €. / *Admission 2 €.*
Perfugas (SS), chiesa dell'Immacolata Concezione, 079/56.42.41, 079/56.40.46.

Pozzo sacro di Predio Canopoli
Ingresso 3 €. / *Admission 3 €.*
Perfugas (SS), via Garibaldi, presso la chiesa di santa Maria degli Angeli.

Museo dell'Intreccio
Nel castello dei Doria. Apertura: aprile e ottobre 9-19; maggio, giugno, settembre 9,30-21,30; luglio e agosto 9-00,30. Ingresso 3 €. / *Open 9-7pm in April and October; 9,30-9,30pm in May, June and September; 9-12,30pm in July and August. Admission 3 €.*
Castelsardo (SS), via Marconi, 079/47.02.20.

Cripte della cattedrale di Sant'Antonio Abate
Apertura: 10-13 e 15-22; ingresso 4 €. *Open 10-1pm and 3-10pm; admission 4 €.* **Castelsardo (SS), via Manganella 42, 079/639.30.99.**

sequoie di Vallicciola, o salire fino a raggiungere la statua della *Madonna della Neve* ai piedi della punta Balestrieri, a 1.360 metri.
Intorno a Tempio si trovano tre borghi di fascino. **Calangianus** è la capitale italiana della lavorazione del sughero: da qui partono i tappi dei più rinomati vini mondiali. **Luras** offre tre attrazioni: mastodontici ulivi millenari, un sito con numerosi dolmen, monumenti funerari del megalitismo neolitico, e il Museo Etnografico Galluras che espone tra i suoi pezzi il martello con cui la donna *accabadora* praticava l'eutanasia sui malati terminali.
Aggius è il paese del leggendario bandito ottocentesco Bastiano Tansu, "il Muto di Gallura", le cui gesta sono rievocate nel **Museo del Banditismo**, unico nel suo genere. Il Museo Etnografico "Oliva Carta Cannas", il più grande dell'Isola, presenta tutti gli aspetti della cultura aggese, dalla tradizione canora a quella della tessitura.
L'entroterra gallurese ha un ampio ventaglio di specialità gastronomiche tra cui la *suppa cuata* (strati di pane raffermo conditi con brodo e formaggio) e i ravioli dolci, da annaffiare con il Vermentino di Gallura, l'unico vino Docg della Sardegna.
Da Aggius all'**Anglona** si scivola dolcemente, e i colori del granito lasciano spazio a quelli del basalto e della trachite. A **Perfugas** la chiesa parrocchiale ospita il cinquecentesco ***Retablo di San Giorgio***, il più grande della Sardegna coi suoi 12 metri d'altezza e 54 riquadri dipinti. Nel sagrato è stato riportato alla luce un pozzo sacro di età nuragica. Nella campagna vicina, la **chiesetta di San Pietro delle Immagini**, eretta nel 1120 dai benedettini di Montecassino, presenta sulla facciata un bassorilievo raffigurante tre monaci

barbuti in preghiera: le “immagini” che danno il nome al monumento.
Il Museo Archeologico e Paleobotanico dà conto dell’evoluzione epocale delle piante, rimandando nelle campagne di Martis ad ammirare la **foresta di tronchi pietrificati di Carrucana**, dovuta all’antica immersione degli alberi in acque ricche di silicio.
Da **Nulvi** (dove si produce uno squisito grana di pecorino), sfiorando la chiesetta romanica di Nostra Signora di Tergu, si ritorna al mare cobalto di **Castelsardo**, uno dei borghi più belli d’Italia, meta obbligata per una visita alle spiagge, al castello, al Museo dell’Intreccio, alla cattedrale con i retabli cinquecenteschi del Maestro di Castelsardo, al singolare museo della cripta. Da non mancare, infine, la roccia dell’Elefante che ospita nelle sue cavità le *domus de janas* di 5.000 anni fa. ✤

Sopra: un olivo millenario a Luras. **Sotto:** il caratteristico profilo del monte Limbara. **Pagina precedente:** *Festa paesana*, olio su tela di Giuseppe Biasi (1931-32), Stazione ferroviaria di Tempio Pausania. / ***Above:*** *a centuries-old olive tree in Luras.* ***Below:*** *the characteristic silhouette of Mount Limbara.* ***Previous page:*** Festa paesana *(“Country fair”), oil on canvas by Giuseppe Biasi (1931-32), Railway Station, Tempio Pausania.*

GALLURA AND ANGLONA

The magic of Gallura

Leave the famous Costa Smeralda beaches to discover the charm of inland Gallura, land of cork oaks and granite rocks

Fifty-five kilometres of beaches between the gulfs of Cugnana and of Arzachena, washed by a sea with its green and turquoise reflections: this is the Costa Smeralda, famous both for its natural beauty and for its international prestige as a fashionable resort. But Gallura is not limited to Costa Smeralda. Its arching coastline, running the whole length of Sardinia's north-east promontory, goes from San Teodoro to Olbia and Golfo Aranci, and then from Cannigione and Palau to Santa Teresa and also down along the gulf of Asinara to the river mouth of the Coghinas. At the peak of this arch of coast, **Santa Teresa di Gallura** *boasts of two things: it is the northernmost town of the island and also the newest. It was constructed two hundred years ago at the command of King Victor Emmanuel I, who named it after to his wife, Maria Teresa of Austria. It's a delightful seaside place with its charming small houses in pastel shades, and it's loved by tourists for its central square, the splendid beach of Rena Bianca, the Spanish Tower and the harbour with its ferry service to and from Corsica. Don't miss a trip to the promontory of* ***Capo Testa*** *with its incredible granite rock formations and to the nuraghe of* ***Lu Brandali*** *site, with its tombs where the earliest human burials were found.*
Beaches are wonderful but there is another magic place worth exploring: the inland Gallura, a land of granite and cork trees, the homeland of sweet and kind people, heirs of a millennial culture (the rural culture of the "stazzi", the granite farm buildings) with its rich traditions.
The small town of ***Tempio Pausania*** *boasts many ancient churches, an old city centre made of granite palaces and the old-fashioned railway station (1931) in an Art Nouveau style (its inside walls are painted by Giuseppe Biasi). From here, take the chance of a trip to Monte Limbara up to 1,000 metres in altitude. There is the impressive sequoia forest of Vallicciola and finally the statue of Our Lady of the Snow at the foot of the peak of Balestrieri, at 1360 metres.*
Around Tempio are three fascinating settlements. ***Calangianus*** *is Italy's capital of the cork industry: from here cork caps depart for the world's best vintages and the finest champagne.*
Luras *has three attractions in particular: its mammoth and very ancient olive trees, a site with numerous dolmens, Megalithic and Neolithic burial sites and, not least, the Galluras Ethnographic Museum, which contains among its rare exhibits the mallet as used by* the accabadora *woman in practising mercy-killing (according to the island's traditions) on terminal patients.*
Aggius *is the town of the legendary 19thC bandit, Bastiano Tansu, the so-called "Mute of Gallura", whose deeds are recorded in the pretty* ***Museum of Banditry****, the only one of its kind in Sardinia. The Ethnographic Museum or Meoc, the largest on the island, plays host to all aspects of the culture of Aggius, from the singing tradition to the art of weaving.*
The inland Gallura is well-known for its speciality foods among which are the suppa cuata *(layers of stale bread dressed with broth and fresh cheese) and sweet ravioli, to taste alongside the Vermentino of Gallura that is the only 'vino docg' (controlled designation of origin) from Sardinia.*
From Aggius to ***Anglona*** *is an easy descent but one that involves a passage from the colors of granite to those of basalt and trachyte.*
At ***Perfugas*** *the parish church plays host to the 16th century* ***Retable of Saint George****, the largest in Sardinia being 12 metres in height and having 54 painted scenes. In the surroundings of the church a sacred well from the era of the nuraghi has been unearthed, and this offers the visitor both evidence of an architectural shrewdness and, at the same time, an arcane mystery.*
In the countryside nearby is the little ***church of Saint Peter of the Images*** *as erected in 1120 by the Benedictines of Montecassino, showing on its façade a low-relief of three bearded monks in prayer, the "images" that give the building its name.*
The Museo Paleobotanico gives an account of the evolution over time of plants and this sends us off to the fields of Martis to admire ***the forest of petrified tree trunks at Carrucana****, caused by the immersion of trees in water rich in silica.*
From Nulvi (where an exquisite hard cheese of sheeps' milk is produced) and taking in the little Romanesque church of Our Lady of Tergu, we return to the cobalt blue sea of ***Castelsardo****, one of the loveliest spots in Italy, where the visitor can explore the beaches, the castle, the museum devoted to the art of basket weaving, the cathedral with its 16th century retables by the Master of Castelsardo and its unusual museum in the crypt, and the Elephant Rock that has in its cavity the 5,000 year old* domus de janas. ✤

Materiali del Museo del Banditismo di Aggius, paese epicentro del banditismo gallurese tra Cinque e Ottocento.
Pictures from the Museum of Banditry, at Aggius, heart of banditry from the mid-16th century to the mid-19th century.

07020 Golfo Aranci (OT)
Sardegna - Italy
Tel. + 39 0789 32521 Fax + 39.0789.32107
www.maranahotel.com

L'Hotel Marana è situato nel Golfo di Marinella a pochi chilometri da Porto Rotondo, una delle località più esclusive della Costa Smeralda. Di nuova apertura è stato progettato in chiave moderna in perfetta armonia con l'ambiente circostante ed in tipico stile sardo, poco distante dal suggestivo porticciolo turistico e dalle numerose attività commerciali e sportive della zona. Immerso nella natura si affaccia sulla splendida spiaggia di Marinella, famosa per l'acqua limpida dai colori smeraldini tipici della Gallura, ideale per giovani e famiglie, dotato di ogni confort. Ampie camere con terrazza privata e vista sul golfo finemente arredate, e suite esclusive con piscina privata renderanno la vostra vacanza un' esperienza indimenticabile.
Per informazioni sulle promozioni estate 2016 scrivete a: commerciale@sportingportorotondo.com

07026 Porto Rotondo (OT) Sardegna - Italy
Tel. + 39.0789.34005 Fax. + 39.0789.34383
www.sportingportorotondo.com

HOTEL PETRA BIANCA
★ ★ ★ ★ S
Cala di Volpe - Porto Cervo

07020 Porto Cervo (OT) Sardegna - Italy
Tel. + 39.0789.96084 Fax + 39.0789.96013
www.petrabiancahotel.com

CAGLIARI

Nella città che ama vivere bene

Il capoluogo è sempre più a misura d'uomo: preserva ambiente e identità senza rinunciare a rinnovarsi. Lo si vive a piedi o in bici, dal nuovo lungomare del Poetto ai giardini dei quartieri storici aperti all'arte contemporanea

Testi **Elsa Pascalis** ∗ Fotografie **Alessandro Addis**

CAGLIARI

Il clima è sempre gentile, il mare generoso di panorami e d'un caldo abbraccio, i ritmi sono quelli di una città attiva disposta anche a rallentare, a contemplare e ad assaporare i dettagli. «Cagliari, la vita che vuoi» è lo slogan coniato per descrivere la capitale dei sardi. Ed è davvero appagante vivere in una città intelligente, con spazi che assecondano le esigenze di chi la abita e dei turisti che sempre più spesso la scelgono come destinazione per storia, arte e natura. Se ne sono resi conto anche a Bruxelles: Cagliari e il sud della Sardegna hanno ricevuto il certificato di **"Prima destinazione sostenibile d'Europa"** dalla Commissione Europea. L'area della costa meridionale tra Chia e Costa Rei ha superato la concorrenza di circa 200 destinazioni in Europa, ed è stata premiata per le migliori pratiche di sostenibilità secondo gli standard internazionali per la salvaguardia dell'ambiente, della comunità, dell'identità e di uno sviluppo economico capace di preservare il territorio a vantaggio delle generazioni future.
Cagliari è capofila e punta di diamante di questo territorio. La sua bellezza si scopre a piedi o pedalando: terza città italiana per estensione delle aree pedonali, vanta **20 chilometri di piste ciclabili**. L'attrazione principale è la lunghissima spiaggia del **Poetto**. Sotto il promontorio della Sella del Diavolo, simbolo cittadino tra i più fotografati, il porticciolo di Marina Piccola e la

In alto: veduta della città e del porto dal bastione del quartiere Castello. A sinistra, la torre dell'Elefante. **Sopra:** uno scorcio dell'Orto Botanico. / ***Top of page:*** *a view of the town and its harbor from a wall bastion of Castello district.* ***Above:*** *a glimpse of the Botanical Garden.*

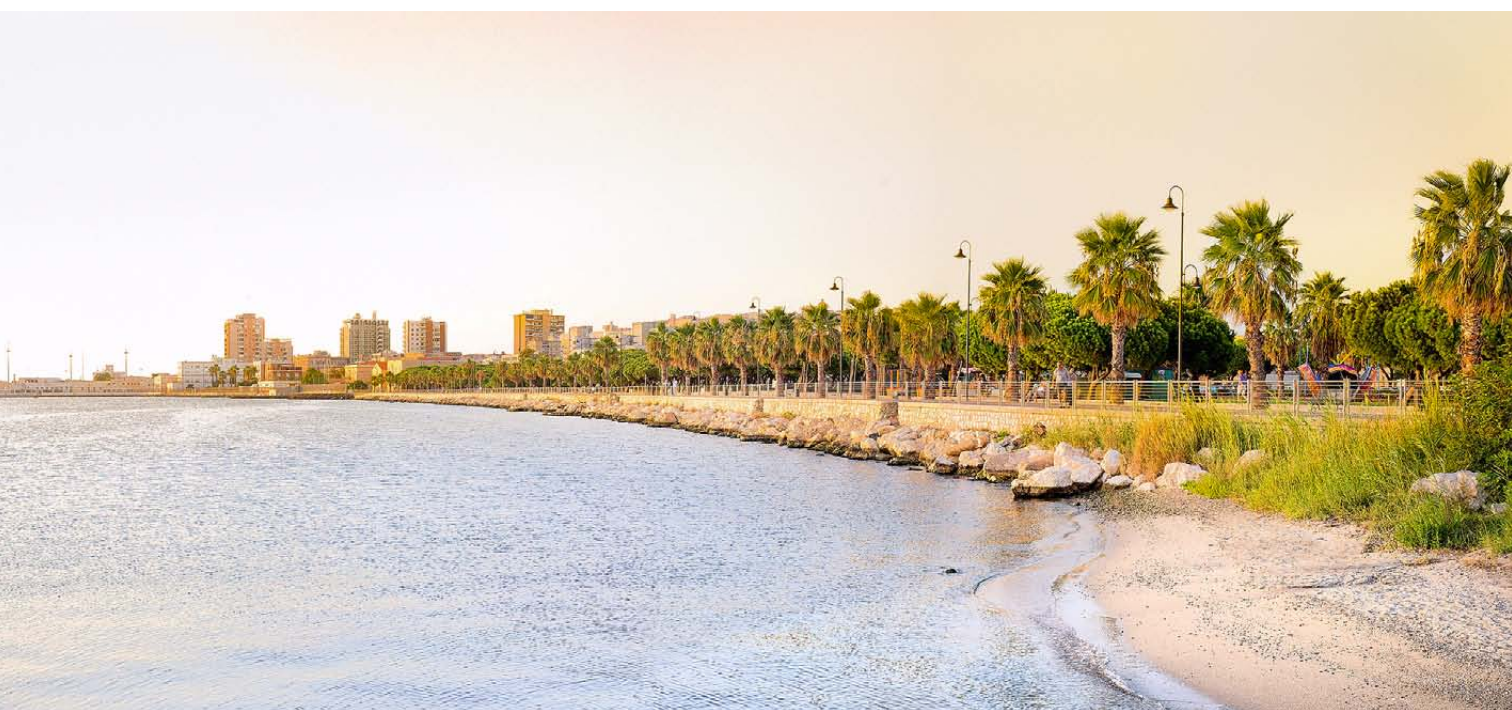
Sopra: il Parco della Musica. **Sotto:** il lungomare di Su Siccu. **Nella pagina seguente:** la cattedrale di Santa Maria Assunta e di Santa Cecilia nello storico quartiere Castello. / ***Above:*** *The Parco della Musica (Music Park).* ***Below:*** *the waterfront of Su Siccu.* ***Next page:*** *the Cathedral of St. Mary of the Assumption and St. Cecilia in the old district of Castello.*

sua *promenade du port* aprono la strada al lungomare fresco di restyling. Orgoglio dei cittadini che la animano in tutte le stagioni dentro e fuori dall'acqua, la spiaggia di giorno regala il pieno di mare e la notte si contende la movida con il centro storico.
La riqualificazione dei tre chilometri e mezzo che confinano con la spiaggia dei Centomila ha dato vita a **un'immensa palestra outdoor**: una pista ciclabile, una pista runner e una corsia pedonale a ridosso del litorale. Con i nuovi punti di sosta, dai quali partono le passerelle di accesso alla sabbia e ai servizi, il Poetto sembra suggerire uno stile di vita. Nuovo look anche per i cosiddetti "chioschetti", aperti estate e inverno per pause pranzo lontane dal caos cittadino, con offerte gastronomiche per ogni palato.
Per risalire in città al tramonto vale la pena incamminarsi sino alla **spiaggetta di Calamosca** che "salva" i bagni di sole nelle giornate di maestrale. Si può scegliere di scendere sino al caratteristico **borgo di Sant'Elia** e procedere sull'omonimo lungomare oltre il padiglione Nervi, arrivando alla passeggiata di Su Siccu.
Dalla passerella lignea a pelo d'acqua, sottostante la basilica di Nostra ···▶

Signora di Bonaria che si affaccia sul mare con la sua lunghissima scalinata, oltre ai tuffi dei gabbiani, non di rado si possono ammirare i giochi dei delfini che vivono in colonia stanziale lungo questo tratto di costa. Il percorso finisce con un ponte sull'acqua al **molo Ichnusa**; qui la città riprende la propria identità metropolitana e invita alla risalita verso i quartieri storici di La Marina, Castello, Stampace e Villanova, scrigni preziosi di atmosfere senza tempo.

Per una pausa fuori dai circuiti turistici, si va sotto le mura di Castello, negli **storici giardini pubblici**. Nati durante il regno dei Savoia, quando la presenza della corte in città avviò un interessante flusso culturale, conservano i percorsi in terra battuta tipici dell'epoca, con sedute in pietra, piazzole circolari ed elementi scultorei; il viale vivacizzato da palme e piante esotiche conduce alla fontana dei *Dormienti*. Le **sculture realizzate da Mimmo Paladino** "emergono" dall'acqua all'ombra della palazzina della Galleria Comunale d'Arte, sede di una ricca collezione di pittura e scultura del Novecento.

La passeggiata prosegue lungo le strade pedonali dello shopping di ···▸

Sopra: uomini accoccolati in posizione fetale, modellati in terracotta, galleggiano nella fontana della Galleria Comunale: sono *I Dormienti* di Mimmo Paladino. **Sotto:** un altro scorcio del lungomare di Su Siccu. **Nella pagina precedente:** via Manno e la chiesa di Sant'Antonio Abate nel quartiere Marina. / ***Above:*** *the fountain with the sculptures of Mimmo Palladino* (I Dormienti) *in the Galleria d'Arte gardens.* ***Below:*** *the waterfront of Su Siccu.* ***Previous page:*** *via Manno and the church of St. Anthony in the Marina district.*

INFO

Orto Botanico
Apertura: da marzo a ottobre 8,30-18, chiuso la domenica. Ingresso 4 €. / *Open 8,30-6pm from March to October; closed on Sundays; admission 4 €.* **Viale Sant'Ignazio da Laconi 11, 070/675.35.22, www.ortobotanicoitalia.it/sardegna/cagliari**

Giardini Pubblici
Tutti i giorni 10-20, ingresso libero. / *Open all days, 10-8pm, free admission.* **Largo Dessì, presso la Galleria Comunale D'Arte.**

Galleria Comunale d'Arte
Aperta tutti i giorni, tranne il martedì, 10-20. Ingresso 6 €. / *Open all days, closed on Tuesdays, 10-8pm; admission 6 €.* **Viale San Vincenzo 2, 070/677.75.98, www.galleriacomunalecagliari.it**

Mercato Comunale di San Benedetto
Aperto da lunedì a sabato, 7-14. / *Open mon-sat, 7-2pm.* **Via Francesco Cocco Ortu 50, www.mercatosanbenedetto.it**

Teatro Lirico di Cagliari
Via Sant'Alenixedda, 070/408.22.30, 070/408.22.49, www.teatroliricodicagliari.it

Parco della Musica
Aperto tutti i giorni, 8-24; ingresso libero. / *Open all days, 8-12pm; free admission.* **Via Sant'Alenixedda, via dei Giudicati 16.**

Ufficio del Turismo
Palazzo Civico, via Roma 145, 070/677.81.73, 070/677.73.97, 338/649.84.98, www.cagliariturismo.it

Sopra: il lungomare del Poetto. **In alto:** la spiaggia del Poetto, sullo sfondo la Sella del Diavolo. **Sotto:** i "chioschetti" del Poetto. / ***Above:*** *the waterfront of the Poetto beach.* ***Top of page:*** *the Poetto beach and the mountain called Sella del Diavolo (The Devil's Saddle).* ***Below:*** *the so-called "chioschetti" (small kiosks) on the Poetto Beach.*

Villanova, sino al Mercato di San Benedetto, cuore "buono e fresco di stagione" della città, e prosegue sino al Teatro Lirico che segna il perimetro del **Parco della Musica**, con piazze, spazi verdi, corsi d'acqua e una fontana musicale che conferma la vocazione "della vita all'aria aperta" dei cittadini.
Vera oasi di pace frequentata da intere generazioni di cagliaritani, nel cuore della città, è l'ottocentesco **Orto Botanico**, dall'altra parte di Castello, anch'esso fuori dalle rotte turistiche. Qui si può incontrare la storia più antica, quella punico-romana, immersi tra le specie vegetali di tutta l'area mediterranea. ✤

CAGLIARI

The life you'd wish for

Discover the beautiful locales that inspire joy of life, creativity, peace

The climate is always mild, the sea has broad panoramas in its warm embrace, the rhythms are those of a dynamic and busy city where it is also possible to slow down, to take thought and to enjoy the details. "Cagliari, the life you'd wish for" is the slogan coined for the Sardinians' capital. It is really worthwhile living in a smart city with its open spaces that cater for the inhabitants and for the tourists who choose it more and more as a destination for its history, art and nature. Brussels too has recognised these, so much so that Cagliari and the South of Sardinia have been awarded a certificate as ***"Leading Sustainable Destination in Europe"*** *by the European Commission. The area of south coast between Chia and Costa Rei has beaten off competition from about 200 other European locations and won a prize for best practice in sustainability according to international standards for the safeguard of its environment, sense of community and identity and development of sustainable growth to preserve the local environment and its resources for the benefit of future generations.*

Cagliari takes the lead in the area. Its beauty is to be appreciated on foot or on a bike: the third city in the whole of Italy for the extension of its pedestrian area, boasting ***20 kilometres of cycle lanes****.*

The main attraction is the long beach of ***Poetto****. Under the headland of the Sella del Diavolo, the small harbour of Marina Piccola and its* promenade du port *lead on to the seafront as newly refurbished. It's the pride of the locals, who frequent it in all seasons both in and out of the water; by day the beach area rewards you with the fullness of the sea and by night it rivals the liveliness of the city centre.*

The redevelopment of the three and a half kilometres that border on to the beach at Centomila has created an enormous ***outdoor recreation area****: a cycle lane, a lane for runners and one for pedestrians next to the seafront. With its new stopping places from which paved areas lead to the water's edge or to the services, the Poetto beach promotes a life-style. There is even a new look for the kiosks, open winter and summer for snacks well away from the urban hustle and bustle, with their appetising offerings that will satisfy every taste.*

> *Ancient capital with a long history, Cagliari is also a young, dynamic, sunny city*

Returning to the city, it is worth taking a walk to the little beach of Calamosca where you can sunbathe even during the mistral. You might choose to go down to the ***picturesque Sant'Elia*** *locality and walk along its seafront as far as Nervi's pavilion and coming to the walk known as Su Siccu. You go along the wooden walkway above the water's edge and underneath the spot where the basilica of Our Lady of Bonaria stands as it faces the sea on top of its long set of steps: there, with the swooping seagulls, it is not uncommon to see the dolphins at play as they have a colony along this stretch of coast.*

The walk finishes at the bridge over the water at the ***Ichnusa jetty****; here the city slow rhythm stops here and Cagliari re-assumes its metropolitan identity inviting you to go up to the old quarters of La Marina, Castello, Stampace, Villanova, valuable repositories of a timeless atmosphere.*

Take a few moments in the ***Public Gardens*** *outside the usual tourist routes under the walls of the castle. Originating for the days of the Savoy monarchy when the royal court's presence in the city gave rise to a cultural flourish, they preserve walks made of compressed earth that are typical of the era and with stone benches, circular meeting points where paths cross with sculptural ornaments all along an avenue enlivened by palms and exotic plants and ending up at the fountain called* I Dormienti *(The Sleepers).*

The ***sculptures by Mimmo Paladino*** *(born 1948) 'emerge' from the water in the shade of the small building of the Municipal Art Gallery with its rich collection of 20th century masterpieces.*

Nearby, there is a walk along the traffic-free shopping area of Villanova, as far as the market of San Benedetto, heart of the 'best and freshest of the season' in the city and as far as the Opera House standing at the edge of the ***Parco della Musica*** *with its open spaces, green areas, water courses and a musical fountain all of which reaffirm the inhabitants' devotion to an 'open-air life'. This is exactly what you'll find in the 19th century* ***Botanical Garden*** *on the other side of the castle, a real oasis of peace in the heart of the city. Here you'll find the most ancient history, that of Punic and Roman times, hidden among the island's native vegetation and other plants from the whole Mediterranean.* ✤

MONTE ACUTO (Olbia-Tempio)

Antologia di paesaggi e tradizioni

Nell'entroterra di Olbia, sulle pendici di rilievi punteggiati di chiese campestri e santuari, castelli, antichi sentieri e nuraghi. Un piccolo mondo solitario e autentico animato da tante sagre paesane

Testi **Emiliano Farina** ∗ Fotografie **Franco Cogoli**

Le rovine di un castello medievale, suggestivi percorsi dei carbonai che si innervano su un altopiano di granito tra boschi di sughere e lecci: testimonianze di vite antichissime accompagnano il visitatore fino a un villaggio nuragico a mille metri d'altitudine, vicino al cielo, non lontano dal mare. Per vivere queste suggestioni non c'è bisogno di addentrarsi nel cuore della Sardegna. Il percorso comincia a una trentina di chilometri da Olbia e dalle sue spiagge. Siamo nella sub-regione storica del Monte Acuto, un fazzoletto di terra incastonato al centro-nord dell'Isola, con dialetti, tradizioni, costumi e paesaggi unici, emblema delle mille diversità di una regione dove tutto cambia nel giro di pochi chilometri.

Per una gita "d'assaggio" in questo territorio basta una giornata. Magari una di quelle in cui sul calendario è appuntata una delle tante sagre paesane che da giugno a ottobre aprono le porte a pellegrini e visitatori affascinati da antiche tradizioni intrise di sacro e profano. Spiritualità e piatti a base di carne locale e *panade* appena sfornate.

Se il fascino di un luogo è generato soprattutto dalla sua storia, un castello medievale in posizione dominante è un buon punto di partenza per un'escursione.

L'itinerario inizia dai 500 metri della collina di monte Acuto che domina Berchidda. I resti del **maniero giudicale** del XIII secolo sono disseminati di tegole e pietrame. Il tempo e soprattutto l'incuria provano continuamente a farci dimenticare che nel XV secolo le sue mura sono state testimoni d'un pezzo fondamentale di storia sarda.

Veduta di Berchidda ai piedi del monte Limbara. / *View of Berchidda at the foot of Mount Limbara.*

Sopra: la chiesa campestre di Nostra Signora di Castro, Oschiri. **In basso:** il rio Mannu e, in secondo piano, il monte Acuto, presso Berchidda.
Above: *the country church of Our Lady of Castro, near Oschiri.* ***Bottom of page:*** *the river Mannu and, in the background, the Mount Acuto.*

Da quelli che furono i merli della torre del castello venivano controllati la pianura, i villaggi rurali sottostanti e la strada che conduceva a Terranova, l'attuale Olbia, e al suo porto. Quei villaggi oggi sono sei, e il loro territorio racchiude la parte gallurese del monte Acuto. Alcuni sono in pianura, altri tra i monti ma hanno il mare sempre a un tiro di schioppo.

Berchidda sorge ai piedi del castello e del monte Limbara. Qui ogni Ferragosto tutto il paese diventa una grande area concerti con Time in Jazz, il festival di fama mondiale organizzato dal trombettista Paolo Fresu. Merita una visita anche il Museo Regionale del Vino.

A 11 chilometri sorge **Oschiri**. L'ultimo sabato di agosto i suoi tremila abitanti sono impegnati nella Sagra della *panada*, gustosa sfoglia salata ripiena di carne di maiale con varianti di anguilla e verdure. A 5 chilometri dal paese sorge la chiesa campestre di Nostra Signora di Castro, esempio di stile romanico sulle rive del lago Coghinas e sede vescovile sino al 1505.

Facendo ritorno verso Berchidda, a 16 chilometri in direzione Olbia, arriviamo a **Monti**. A 13 chilometri dal centro del paese, scortati da lecci, sughere, corbezzoli e ginestre si raggiunge il Santuario di San Paolo Eremita, al centro di una grande festa ogni 15 agosto. La vista panoramica sul golfo di Olbia, sull'isola di Tavolara e sulla Costa Smeralda è superba. Monti è conosciuto anche per il suo Vermentino e per la sua importante cantina sociale.

Dopo 27 chilometri da percorrere in poco meno di mezz'ora, le dolci campagne di Monti si trasformano in un immenso altopiano di granito. Tra foreste di sughere e lecci arriviamo ad **Alà dei Sardi**. Da non perdere il complesso nuragico di Sos Nurattolos che sorge a mille metri, poco distante dal paese. Scoperto 40 anni fa, comprende una fonte sacra, alcune capanne e un piccolo tempio.

Alà dei Sardi è una meta ideale per gli escursionisti, che possono percorrere gli antichi sentieri dei carbonai. Da segnalare la festa di San Francesco: il 4 e 5 ottobre le vie del paese sono invase dai profumi dei bolliti di pecora e vitello. Da Alà a **Buddusò** sono appena 12 chilometri e vale la pena percorrerli per scoprire un paese in cui

CHIUDI GLI OCCHI E ABBANDONATI AL GUSTO

Lo yogurt Yopòtus è delicato come profumo
di prati in un giorno di primavera.
Le colline sono una collana intorno ai caseggiati
che ospitano le stalle. Sono mani gentili
che allevano e accudiscono le capre.
Sono mani esperte quelle che trasformano
sapientemente, in un ambiente incontaminato,
il prezioso latte in yogurt da bere.

100% LATTE DI CAPRA ITALIANO
DEL NOSTRO ALLEVAMENTO IN SARDEGNA

IL FRUTTO DI UNA GRANDE PASSIONE

SAREMO A / MEET US AT
CIBUS 2016
18° SALONE INTERNAZIONALE DELL'ALIMENTAZIONE
PARMA 9-12 MAGGIO
pad 2 stand J071

www.argei.it - info@argei.

creativecomunicazione.it

INFO

Resti del castello di monte Acuto
Info e visite: 079/7.03.90.01.
Berchidda (OT).

Centro Museale Etnografico della Cultura Contadina (Museo del Vino) e Enoteca regionale di Berchidda
Apertura: tutti i giorni tranne lunedì. Maggio-settembre, 10-14 e 16-19; sabato-domenica, 16-20; ingresso 3 €. / *Closed on Mondays. From May to September, 10-2pm, 4pm-7pm; Sat-Sun 4pm-8pm; admission 3 €.* **Berchidda (OT), via Gian Giorgio Casu 5, 079/70.52.68, www.muvisardegna.it**

Santuario di Nostra Signora di Castro
Apre su appuntamento. / *Opens on request.* **Oschiri (OT), località Castro, 079/734.91.00**.

Santuario di San Paolo Eremita
Info e visite: 0789/440.01.
Monti (OT), statale 389 per Alà dei Sardi.

Complesso nuragico Sos Nurattolos
Info e visite: Sardinia Tourist Guide, 349/455.83.67; www.sardiniatouristguide.it **Alà dei Sardi (OT).**

Nuraghe Loelle
Info e visite: Associazione turistica culturale Escursioni Sardegna Segreta; 345/574.24.21, www.escursionisardegnasegreta.it
Buddusò (OT), statale 389 km 45+250.

Santuario nuragico Su Romanzesu
Info e visite: Cooperativa Istelai, 0784/41.43.14, 333/321.13.46.
Bitti (NU), località Poddi Arvu.

Ristoranti

La Casa della Panada
Per acquistare la *panada* locale.
To buy the local panada. **Oschiri (OT), corso Umberto I 3, 079/73.34.07.**

Agriturismo Galana
Cucina tipica sarda e gallurese. Conto medio 30 €. / *Typical cuisine of Gallura and of Sardinia. Average check 30 €.*
Sos Rueddos (OT), statale 389 Monti-Alà dei Sardi km 5,800, 0789/447.44, 338/589.46.56.

Agriturismo Casteddu
Cucina gallurese con gnocchetti sardi, ravioli di ricotta alla menta e porcetto arrosto. Prenotazione obbligatoria. Conto medio 30 €. / *Typical cuisine of Gallura: the Sardinian gnocchi, ravioli with ricotta and mint, and the roast suckling pig. Please, book in advance. Average check 30 €.* **Padru (OT), località Casteddu, 0789.459.10, 334/644.18.22, www.agriturismocasteddu.com**

Sopra: vista panoramica dalla Madonna di Monti. **In basso:** scorcio del castello di Enas dalla provinciale 66. / ***Above:*** *panoramic view from the Madonna of Monti.* ***Bottom of page:*** *a glimpse of the Enas castle from the SP 66 road.*

primeggiano cave di granito e siti archeologici. Tra questi, il nuraghe Loelle (a 7 chilometri) e il complesso nuragico di Su Romanzesu che, pur trovandosi nel territorio di Bitti, dista soltanto 15 chilometri. In zona meritano una visita anche le sorgenti del Tirso, il fiume più importante della Sardegna. Gli amanti degli arrosti di carne bovina non si perdano il banchetto della festa di Santa Reparata che si celebra la prima domenica e il primo lunedì di settembre nel piazzale dell'omonima chiesa campestre.
Il rientro verso la costa di Olbia e San Teodoro passa attraverso **Padru**: tornando verso Alà, dopo circa 35 chilometri spunta un paese di duemila anime che confina con il neonato Parco Naturale Regionale dell'Oasi di Tepilora. Padru è una meta perfetta per gli appassionati di escursioni. Di recente sono stati tracciati i primi sentieri all'interno del grande parco (6.500 ettari), abitato da daini, gatti selvatici, mufloni e aquile reali. Poco fuori dal paese sorge il sito archeologico di Santu Miali, composto da una necropoli, dalle rovine di una villa romana e da due chiesette romaniche. La seconda domenica di giugno è allietata dalla Sagra di Sant'Antonio, dov'è possibile gustare piatti a base di carne offerti dagli organizzatori.
La parte logudorese del Monte Acuto si estende verso il Sassarese: altri paesi, altri panorami, altre storie. ✤

L'ea bianca®
luxury resort
★★★★★ hotel, villas, lunaria restaurant

Le sfumature del granito baciato dal sole al tramonto,
il luccichio e la trasparenza delle acque
più belle del mondo,
il profumo del ginepro e della macchia mediterranea.

L'eleganza di un luogo pensato per accogliervi in modo esclusivo e raffinato,
il silenzio di un parco centenario accarezzato dalla brezza del mare,
i sapori creati da mani sapienti che attendono solo di potervi deliziare.

Cala dei Ginepri | Baja Sardinia | Italy
Tel. +39 0789 974311
info@eabianca.it
www.eabianca.it

follow us on

Antologia di paesaggi
e tradizioni

MONTE ACUTO

The magic of an ancient territory

Discover with us a peaceful corner of Gallura and its many folks rural celebrations

The ruins of a medieval castle stand amid the stirring sight of the tracks of charcoal burners weaving through a granite plateau and among woods of cork trees and ilexes. These are testimony to very ancient ways of life and these impressions stay with the visitor as far as a village with nuraghi at a thousand metres in altitude. You're only a few metres from the sky and yet hardly more from the sea. To experience these sensations there is no need to go right to the heart of Sardinia. The route begins only thirty kilometres from Olbia and its beaches. We're in the ***historic sub-region of Mount Acuto****. The native tongue, traditions, costumes and landscapes are enclosed in no more than a pocket handkerchief of land with 17,000 inhabitants all contained within the northern and central parts of the island. One day is enough to make a "taster" trip around the district. Perhaps it could be a day picked out in the calendar during one of the* ***many fiestas of the country folk*** *when, from June to October, doors are opened to pilgrims and to tourists who are fascinated by the ancient traditions weaving together the sacred and profane. If the fascination of an area is generated above all by its history, a medieval castle dominating the valley below always provides a good starting point for an excursion. The trip starts at barely five hundred metres altitude on the hill of Mount Acuto which dominates Berchidda. The ruins of the manor house of Mount Acuto (13th C) are covered in fragments of tiles and heaps of stones. The passage of time and, above all, neglect constantly make us forget that, in the 15th century, its walls were standing during one of the most important parts of Sardinia's history. From the battlements of the castle's tower the plain was controlled, as well as the rural villages below and the road to the sea that led to Terranova – the Olbia of today – and its port. Those villages are now six in number and their surroundings make up Mount Acuto's parts of Gallura. Some are on the plain and others in the hills but all are only a stone's throw from the sea.*
Berchidda *stands just at the feet of the castle. Here during every Ferragosto (the summer bank holiday) the whole place becomes a large concert venue with Time in Jazz, the world famous festival organised by the trombonist Paolo Fresu. Besides jazz, the small town at the foot of Mount Limbara is worth a visit for its Regional Museum of Wine.*
Only 11 kilometres away there stands ***Oschiri****. On the last Saturday of August its roughly three thousand inhabitants get busy with the Festival of Sa Panada, tasty layers of savoury pastry stuffed with pork or, as a variation, with eel and greens.*
Five kilometres from the village there stands in the fields the church of Our Lady of Castro, an example of the Romanesque style on the banks of the Coghinas lake and an episcopal seat since 1505.
Making our way back towards Berchidda, 16 kilometres in the direction of Olbia, we arrive at ***Monti****. 13 kilometres from the centre of the village, surrounded by ilexes, cork trees, arbutus and gorse we get to the sanctuary of Saint Paul the Hermit. There you can enjoy a fantastic view of the gulf of Olbia, the isle of Tavolara and the Costa Smeralda. On August 15th (Ferragosto), Monti holds a great celebration in honour of the saint, with pilgrimages to the sanctuary. The village is also known for its Vermentino and the important communal wine producers.*
After 27 kilometres that can be travelled in about half an hour, the agreeable countryside of Monti is transformed into an immense high plain of granite. Amid forests of cork trees and ilexes we get to ***Alà dei Sardi****. Worth seeing: the complex of nuraghi of Sos Nurattolos that stands at an altitude of one thousand feet, and only a few kilometres outside the village. Discovered forty years ago, it includes a holy spring, some huts of the ancient village and a small temple. Alà dei Sardi is an ideal spot for trackers who can pursue the ancient paths of the charcoal burners. Worth noting, the feast days of San Francesco: on the 4th and 5th of October when the village streets carry the scent of stews of mutton and veal.*
From Alà the route to get to ***Buddusò*** *is not a long one: 12 kilometres to discover a village in which granite caves and archaeological sites predominate. Among these, there are the Loelle nuraghe (7 kilometres away) and the complex of nuraghe of Su Romanzesu (15 kilometres away). Worth seeing: the source of the Tirso, Sardinia's most important river.*
For those who love roast beef there is the great banquet of the feast of Santa Reparata which is celebrated on the first Sunday and Monday of September in the square in front of the church bearing the same name. Returning to the coast of Olbia and San Teodoro you come past ***Padru****, a village of about twelve thousand that is on the edge of the newly formed Regional Natural Park of the Oasis of Tepilora, a perfect spot for lovers of excursions. Recently paths have been mapped out within the great park, 6,500 hectares which are the habitat of deer, wild cats, native Corsican sheep and golden eagles.*
Only a short distance outside the village there stands the archaeological site of Santu Miali, consisting of a necropolis, the remains of a Roman villa, and two small Romanesque churches. The second Sunday of June is distinguished by the feast-day of Saint Anthony and it is possible to enjoy dishes of meat offered by the organisers.
The other Mount Acuto – the part towards Logudoro – stretches instead towards the Sassari area. Another set of villages, other panoramas, and other stories. ✤

Sagre: old festivals related to the popular faith and to ancient agropastoral customs

ORISTANESE

Nuovi orizzonti a ritmo di musica

Dal jazz al blues, dalla classica al pop: rassegne e festival hanno promosso la fioritura di un'area di grande bellezza che regala ai visitatori le incantevoli spiagge del Sinis e le statue nuragiche dei Giganti di Mont'e Prama

Testi **Susanna Lavazza**

La penisola del Sinis e capo San Marco con l'antica torre costruita dagli Aragonesi nel 1577. / *The Sinis Peninsula and Cape San Marco with its ancient tower, built by the Aragonese in 1577.*

Sino a poco tempo fa era la provincia-Cenerentola della Sardegna con la più bassa affluenza turistica. Oggi invece l'Oristanese vanta il 12 per cento in più di arrivi e presenze, un'espansione costante da tre anni. A trasformarla in principessa non è stato soltanto il grande interesse per i Giganti di Mont'e Prama, le statue esposte nel Museo di Cabras che stanno riscrivendo la storia del Mediterraneo; artefice del cambiamento è un fantastico mix di cultura, natura e festival in un territorio che racchiude tesori: 150 chilometri di coste, con spiagge uniche come quelle in quarzo del Sinis, i vulcani spenti di Monte Arci e Montiferru, un fiume navigabile, il Temo, che sfocia a Bosa, il lago Omodeo, i paesaggi delle lagune...

Casette basse alla campidanese, stradine semideserte, il paese a vocazione agricola di **Riola Sardo**, poco più di 2.000 abitanti, restituisce l'atmosfera d'altri tempi, quando si celebrava la mietitura del grano e la produzione di olio e vino. I profumi di limone e lavanda aleggiano nell'aria, ogni casa ha una pianta di agrumi e la coltivazione della lavanda ha trovato nuovi estimatori. Qui, a Riola, all'interno di una cava di pietra arenaria dismessa è stato creato qualche anno fa il **Parco dei Suoni** che ha fatto balzare il paesino all'attenzione internazionale.

Cabras

Il museo dei Giganti e dei tesori del Sinis

Oggi i Giganti di Mont'e Prama sono le star del Museo Civico di Cabras. Nel marzo scorso, se ne sono aggiunti altri due, gli ultimi restaurati. Sono esposti in una sala separata il cui allestimento multimediale permette di vedere il lavoro in atto e i reperti provenienti dagli scavi, a circa 13 chilometri di distanza. Il recente rinvenimento di una testa davanti al busto ha aiutato a comporre il gigantesco puzzle per ricostruire questi combattenti in pietra, alti circa 2 metri e dalla datazione incerta (750-950 avanti Cristo). Altre sei statue monumentali e quattro modellini di nuraghe sono in mostra nella sala con i pezzi ritrovati 40 anni fa. Da scoprire anche il patrimonio archeologico della penisola del Sinis esposto nelle altre sale: l'insediamento preistorico sulle rive dello stagno di Cabras, un villaggio nuragico, Tharros importante città fenicia-punica-romana e il relitto romano dell'isola di Mal di Ventre.

The Giants of Mont'e Prama are the stars of the Museo Civico di Cabras: twenty five statues, consisting of warriors, archers, boxers and nuraghe models, dating 11th-8th century BC, are exhibited to the public; the two newly restored Giants, on dispaly from last March, attracts many visitors as well. The statues, all carved in local sandstone and between 2 and 2.5 meters high, have been found during different excavation campaigns carried out since 1975 at Mont'e Prama, a low hill not far from here. The Museum also houses some of the most important artifacts and archaeological discoveries from the Sinis Peninsula.

Museo Civico Giovanni Marongiu
Apertura: tutti i giorni, 10-13, 16-20; ingresso 5 €. / *Open all days; 10-1pm, 4-8pm. Admission: 5 €.* **Cabras (OR), via Tharros 121, 0783/29.06.36, www.museocabras.it**

Sopra: Hiromi Uehara all'European Jazz Expo 2015. **In alto:** una navicella nuragica (a sinistra) e una testa romana, Museo di Cabras. / ***Above:*** *the live performance of Hiromi Uehara at the European Jazz Expo 2015.* ***Top:*** *nuragic bronze and Roman stone head in the Cabras Museum.*

Con tre arene per concerti, la più grande capace di contenere 2.500 spettatori, il parco ha registrato il tutto esaurito l'anno scorso per l'***European Jazz Expo***. Sul palco sono saliti 150 artisti, tra cui la protagonista della scena newyorkese Hiromi Uehara, con il suo trio, e Kurt Elling.
Musica dalle 19 alle 2 di notte, seminari, mostre, laboratori, percorsi culturali e naturalistici hanno accompagnato le esibizioni di talenti internazionali nella sala da concerto *open air*. L'inaugurazione si è tenuta nella chiesa di Santa Corona (XII secolo), restaurata ad arte per accogliere i cori con cui si è aperto il festival. Quest'anno Riola si prepara a ospitare la kermesse in luglio; sono già aperte le prevendite con posti riservati in platea per la nuova produzione di Mauro Pagani, con Massimo Ranieri che reinterpreta i classici della canzone napoletana in chiave jazz, il 9 luglio. Il 12 agosto, invece, farà tappa il *Maximilian Tour*, protagonista Max Gazzè.
L'intreccio tra natura e cultura si ripropone anche a **Villanova Truschedu**: i concerti del **Jazz Club Network**, appena costituitosi in Sardegna, si tengono qui in una location evocativa, il nuraghe di Santa Barbara.
Santu Lussurgiu, dal canto suo, si propone di far conoscere il "dietro le quinte" degli spettacoli con il progetto ***Percorsi teatrali***, dal 29 luglio all'8 agosto, e consolida la tradizione di ospitare gli

Sopra: il quartetto Roundella all'European Jazz Expo 2015. **A destra, dall'alto:** la piazza principale di Riola Sardo; il Parco dei Suoni. / ***Above:*** *Roundella quartet at the European Jazz Expo 2015.* ***Right, top to bottom:*** *the main square of Riola Sardo; the Parco dei Suoni.*

strumentisti della London Symphony Orchestra e di altre celebri orchestre in occasione dell'**International Master Class di musica da camera** che dall'8 al 16 agosto rende ancor più interessante la visita al paese con il suo centro medievale. Un albergo diffuso accoglierà i giovani talenti provenienti da tutto il mondo che potranno godersi anche il mare (ad appena mezz'ora da qui).
Cabras ha goduto di buona fama per l'esposizione dei Giganti restaurati, con l'apertura di alberghi e b&b; la nuova vocazione turistica e le proposte culturali hanno salvato dal rischio di spopolamento anche altri paesi della zona. Il **Dromos Festival**, quest'anno alla XVIII edizione, coinvolge **Oristano e altri otto centri** della provincia con concerti blues, incontri, mostre dal 29 luglio al 15 agosto. Il tema 2016 è "Il segno di Eva"; protagonista, tra le tante, Sarah Jane Morris.
Negli ultimi tre anni, a Oristano si è tenuta la rassegna più popolare: **Mondo Ichnusa** con oltre 100 mila spettatori. Sul palco della Marina di Torregrande lo scorso luglio sono saliti i big della musica giovane e le band di artisti emergenti da tutta Italia. I programmi per la prossima estate non sono ancora stati definiti; gli eventi potrebbero essere distribuiti in vari comuni. ✤

INFO

European Jazz Expo - Riola Sardo
Dal 9 luglio / *from July 9.* **070/667.04.98, www.europeanjazzexpo.it.** Prevendite: *Pre-sales:* Box Office Sardegna, **070/65.74.28, www.boxofficesardegna.it**

Jazz Club Network - Villanova Truschedu
Date da definire / *dates to be confirmed.* **345/48.94.565, www.cedacsardegna.it**

Percorsi Teatrali - Santu Lussurgiu
29 luglio-8 agosto / *July 29-August 8.* **070/68.02.29, www.percorsiteatrali.it**

Dromos Festival - Oristano e dintorni
29 luglio-15 agosto / *July 29-August 15.* **0783/31.04.90, www.dromosfestival.it**

Ristoranti

Sas Benas
Ambiente romantico, prodotti stagionali, ottima cantina; da non perdere il bue rosso di Montiferru. Anche albergo diffuso, con 11 camere. Menu a 25 e 35 €. / *Romantic atmosphere, seasonal products, excellent wine list. Try the the delicious local red beef. Average check: 25-35 €. Also Albergo Diffuso (11 rooms).* **Santu Lussurgiu (OR), via Cambosu 6, 0783/55.08.70, www.sasbenas.it**

Ittiturismo e pescaturismo Tolenga
Pesce freschissimo: spaghetti all'aragosta, insalate di polpo, pasta con sugo di seppia, cozze, granchi e arselle. Indispensabile prenotare. Menu fisso 30 €, uscita in barca con pranzo 55 €. / *High quality fresh seafood. Try spaghetti with lobster, octopus salad with potatoes, pasta with squid sauce. Please, book in advance. Set menu: 30 €; boat trip with lunch: 55 €.* **Cabras (OR), via Garibaldi 57, 0783/29.09.90, www.theseaworld.it**

Trattoria I Giganti
Cucina a base di solo pesce fresco. Da assaggiare la *merca* di muggine, l'insalata con la bottarga, la fregola allo scoglio, il gattuccio alla menta e il fritto di paranza. Conto sui 30 €. / *Fresh seafood. Try the local* merca *(made of mullet) and the salad with bottarga; do not miss the* fregola allo scoglio *(special pasta with seafood) and the* fritto di paranza *(freshly caught fried fish). Average check: 30 €.* **Cabras (OR), via Tharros 78, 0783/02.46.63**.

La fattoria di Agostino Panzali
Un tempio della buona tavola in un agriturismo doc con porzioni abbondanti, menu ricco e prodotti a km zero. Da provare il porcetto cotto nel forno a pietra e il mirto fatto in casa. Conto 30 € / *This holiday farm is a destination for gourmets: large portions, extensive menu (14 starters) and many "km zero" products. Book in advance the roast suckling pig. Average check: 30 €.* **Riola Sardo (OR), statale 292 km 115, 348/210.01.08.**

Nuovi orizzonti
a ritmo di musica

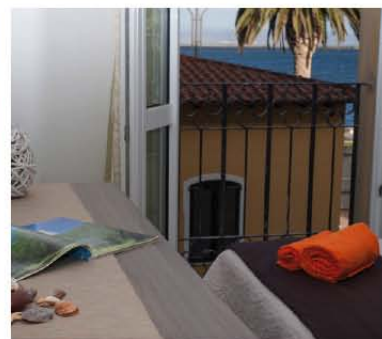
ORISTANESE

A magical mix of music and nature

Top international music events in the enchanted setting of Oristano province

Until recently it seemed the Cinderella of Sardinia, with the lowest number of visitors, but now things have change: today the Oristano province is enjoying a real tourism boom (+12%) thanks to its unique mix of culture, nature and organized events.
Many know the ***Giants of Mont'e Prama*** *- the ancient stone sculptures created by the Nuragic civilization which are helping scholars to rewrite the whole history of the Mediterranean, and many love the* ***150 kilometers of coastline*** *with wonderful beaches such as those in the Sinis peninsula.*
In this province, you can also take a trip to the extinct volcanoes of Mount Arci and Montiferru, travel by boat on the Temo, a navigable river which quietly flows through the town of Bosa, admire the colors of lake Omodeo or the picturesque landscape of lagoons.
Low cottages in the Campidanese traditional style, half-deserted country lanes: it's the small rural village of ***Riola Sardo****. Here you can still sense the old scents of lemon and lavender and still breathe the atmosphere of times gone by, when local farmers celebrated the wheat harvest or the new production of oil and wine.*
Nearby, inside a former sandstone quarry, some years ago it was founded the ***Parco dei Suoni*** *(Park of Sounds), which todays attracts people from all over the world.*
It boasts three arenas for concerts - the largest can hold 2,500 spectators - and last year it hosted a big international event such as the ***European Jazz Expo****. The festival opening concert took place in the artfully restored* ***Templar church of Santa Corona*** *(13th century), and on the next days more than 150 artists performed on stage from 7 pm to 2 am; among them, there was Hiromi, the star of the New York scene with his trio, and Kurt Elling.*
This year the village of Riola Sardo will host the jazz event in July (presales are already open). Moreover, on July 9 Massimo Ranieri will propose a jazz interpretation of the classics of Neapolitan tradition, while on August 12 Max Gazzè will take the stage.
The interplay between nature and culture is even tighter in ***Villanova Truschedu****: here the concerts organized by the newborn* ***Jazz Club Network*** *are held in a very evocative location, the Santa Barbara Nuraghe.*
The medieval village of ***Santu Lussurgiu*** *is a good place for those who would like to know the "behind the scenes" secrets: do not miss the* ***Theatrical Paths event****, from July 29 to August 8. The village will also renew the tradition of hosting the musicians of the London Symphony Orchestra and other renowned orchestras during the* ***International Chamber Music Master Class****, from 8 to 16 August, a not to be missed international event.*
The recent tourism boom and the organization of many cultural events have saved from the risk of "extinction" several small villages of the Oristano province, not just Cabras (home of the Giants of Mont'e Prama).
The ***Dromos Festival****, for example, which takes place in Oristano town and in other eight villages of its surroundings, has a a dense calendar of appointments, blues concerts, meetings, exhibitions from July 29 to August 15 (it is now in its 18th edition). This year the codeword will be "Under the sign of Eve" and among the many singers and musicians that will be welcomed do not miss Sarah Jane Morris.*
Oristano will host one of the most popular free festival of Sardinia: ***Mondo Ichnusa****. Last edition, in July, rappers and singers such as J Ax, Fedez or Caparezza, and up-and-coming bands performed on the stage located in Marina di Torregrande, and the festival counted more than 100,000 spectators.*
This summer the show will be even more promising. ✤

DOVE VOLANO I GABBIANI.

37COMUNICAZIONE.IT

Vivere ai bordi del mare. Svegliarsi col grido dei gabbiani che annunciano l'arrivo delle barche con il loro pescato notturno fresco fresco. Soggiornare in una struttura di nuova concezione, con qualità da hotel a tre stelle ma prezzi da ostello. Trentadue stanze (per un totale di circa 100 posti letto) elegantemente arredate, con le finestre affacciate sul lungomare dalle belle palme allineate come serene guardiane della vostra vacanza. Godere il relax del giardino interno, crogiolarsi al calore del solarium, gustare i sapori del bar e del punto di ristoro, partecipare agli appuntamenti culturali della sala riunioni polifunzionale.

Lungomare Colombo 25
Sant'Antioco (CI)
tel +39 0781 840070
info@mumahostel.it

www.mumahostel.it

Condividere la reception con il MuMA, Museo del Mare e dei Mastri d'Ascia, un piccolo gioiello che racconta la flora e la fauna acquatica della laguna e tramanda la memoria della tradizionale carpenteria marinara dei maestri di Sant'Antioco.
E poi l'isola a portata di mano, con le sue spiagge, le sue scogliere, l'umanità della sua gente, la grande storia delle origini fenicie, i riti in costume dedicati al santo martire che le dà il nome ed è patrono di tutta la Sardegna. Un'esperienza nuova, un'emozione unica.

Armonie di gusto e qualità

Cinque suggerimenti per incontrare la più autentica gastronomia sarda. Squisiti piatti di mare e di terra in ristoranti dalle calde atmosfere, affacciati su magnifici paesaggi o appartati tra le vie dei borghi

Testi **Giovanni Antonio Lampis**

Ristorante La Guardiola

Castelsardo (Sassari)

L'ambiente è unico, irripetibile. Arroccata come un nido d'aquila sotto i bastioni del castello di Castelsardo, La Guardiola è l'avamposto ideale da cui tuffare lo sguardo nel magnifico golfo dell'Asinara. Vi sarà difficile concentrarvi sui capisaldi della cucina castellanese davanti ai mille colori del tramonto, quando il cielo s'accende di arancio e pervinca e le onde allungano la bianca spuma salina sulla linea di risacca. Eppure, se vi lascerete guidare dal **mitico patron Giampaolo Tugulu** – straordinario esempio della locale cultura dell'accoglienza – non potrete dimenticare questo emozionante viaggio tra le grandi prelibatezze di mare. Imponente la successione degli antipasti, con preponderanza dei crudi di giornata. Assaggiate senza timore, rinunciando ai rigori della linea, i tagliolini alle cozze, bottarga e profumo di basilico, anche nella variante al nero di seppia con scampi e scorfano, e la delicata *fregula* artigianale (una pasta a piccoli grani di semola) con vongole e verdurine. Tra i secondi piatti trionfa il pescato di giornata in tutte le declinazioni: ottimi la triglia alla castellana (cucinata in fine salamoia) e il filetto di San Pietro con cipollotti, fiori di cappero e patate, interessante anche nella versione insaporita al formaggio Granglona. Ultima dolce delizia il semifreddo al torrone di Tonara e mirto rosso, sempre che l'istinto non vi conduca verso i contrappunti dolci e salati di una ragguardevole *sebada* artigianale.

Perched in the rocks like an eagle's nest under the bastions of Castello di Castelsardo, La Guardiola is the ideal vantage point for viewing the magnificent gulf of Asinara. Let yourselves be guided by ***the legendary patron, Giampaolo Tugulu*** *– an extraordinary example of the local customs of hospitality – and you won't be able to forget the emotion of this journey through delicacies from the sea. Ignoring your diet, taste one after the other tagliolini with clams, basil and bottarga, as well as the version with cuttlefish ink, scampi and scorfano (red snapper), and the delicate hand-made* fregula *(pasta made with small grains of semolina) with clams and green vegetables. Among the main courses the masterpiece is today's catch of fish in all its possible combinations. You should undoubtedly taste the local red mullet alla castellana (cooked in brine) and the John Dory fillet with onion, caper flowers and potato, as well as the interesting version flavoured with Granglona cheese. A sweet to end all sweets is the semifreddo al torrone di Tonara with red myrtle liqueur, unless you instinctively go for the sweet-savoury taste of a remarkable* sebada *locally hand-made.*

—

LA GUARDIOLA
Castelsardo, piazza Bastione 4
079/47.07.55, www.ristorantelaguardiola.it
Conto medio: / *Average check:* 40-45 €.

In questa foto: Andrea Sini e Gianluigi Cara, del ristorante *La Guardiola* di Castelsardo. **Pagina precedente:** i tagliolini al nero di seppia con scorfano rosso e scampi del ristorante. ***This picture:*** *Andrea Sini and Gianluigi Cara, both of them working at* La Guardiola restaurant in Castelsardo. ***Previous page:*** *tagliolini with squid ink, shrimp and redfish from* La Guardiola.

In questa foto: il ristorante *MiraLuna* con vista sul golfo di Cannigione. **Pagina seguente, dall'alto:** un piatto di *fregula* (pasta di semola a piccoli grani); Salvatore Camedda, chef del ristorante. / ***This picture:*** *the MiraLuna restaurant facing the Gulf of Cannigione.* ***Next page, top to bottom:*** *a dish of Sardinian fregula; the chef of* MiraLuna, *Salvatore Camedda.*

Ristorante MiraLuna

Cannigione (Olbia-Tempio)

La vista che si gode dalla magnifica terrazza del MiraLuna non ha eguali: il golfo di Cannigione è una miracolosa tavolozza di verdi, gialli e blu con il tocco glamour dei grandi velieri in silenzioso transito. Allungate la mano verso il cielo e toccherete la luna, sospesa in un placido notturno al sentore di macchia mediterranea. Pochi tavoli, apparecchiature candide, mise en place impeccabile per questo ristorante d'hotel inserito nella sontuosa cornice del relais Villa del Golfo ma aperto a tutti gli appassionati della grande tavola. Dalla cucina arrivano i piatti dello **chef Salvatore Camedda**, in equilibrio tra rigore formale, leggerezza e gusto acceso. Cominciate con l'eleganza eterea della millefoglie di pane di segale con stracciatella di bufala, gamberi rossi e olio essenziale di bergamotto. Assaporate il delicato raviolo di melanzane, artemisia e crema di calamari, incantevole contrappunto di sapori e consistenze. Tra i secondi di carne, non mancate l'agnello panato alle erbe con salsa all'estragone e quenelle di formaggio acido. Per finire, deliziosa la rilettura etnica del tradizionale tiramisù: spuma di mascarpone con microsfere di cioccolato croccante, biscotto d'amaretto insaporito al Vernaccia e cupola di cioccolato.

The view you get on the magnificent terrace of MiraLuna is unequalled. Opened out in front of you and stretching into the azure immensity, the Gulf of Cannigione is a miraculous palette of green, yellow and blue with the glamorous touches of the sailing yachts passing silently by. Stretch out your hand to the sky and you feel you can touch a moon hanging up on a peaceful night with the smells of the Mediterranean scrubland. There are only a few tables, the table settings are pure white and laid impeccably in this hotel dining room placed as it is within the lavish frame of the Relais Villa del Golfo but open for dining to all who appreciate good food. From the kitchen of ***head chef Salvatore Camedda*** *come dishes which are well balanced between formal precision, lightness and strong taste.*
You can begin with the ethereal lightness of flaky rye-pastry with stracciatella di bufala, red prawns and bergamot oil. Try tasting the delicate raviolo of aubergine, aromatic artemisia and puree of calamari. Among the main courses of meat don't miss the herby breaded lamb that comes with a sauce of tarragon and a quenelle of sour cheese. To finish there is an ethnic interpretation of the traditional tiramisu*: a foam of* mascarpone *with tiny pearls of crunchy chocolate, amaretto biscuits flavoured with* vernaccia *and a scoop of chocolate.*

—

MIRALUNA

Villa del Golfo Relais & Spa, Cannigione, località La Conia, 0789/89.20.91, www.hotelvilladelgolfo.it

Conto medio: / *Average check:* 50-60 €.

In questa foto: Ada Pinna e Andrea Caboni del ristorante Ada di San Sperate. **Sotto:** il *mazzamurru* (zuppa di pane) del ristorante. / ***This picture:*** *Ada Pinna and Andrea Caboni, both from the Ada restaurant in San Sperate.* ***Below:*** *a dish of* mazzamurru, *a typical bread soup.*

Ristorante Ada | *San Sperate (Cagliari)*

Nell'abitato di San Sperate, il paese dell'arte reso celebre dai murales e dai megaliti di Pinuccio Sciola sparsi ovunque per l'abitato, il ristorante Ada promuove in cucina le prelibatezze di un territorio ricchissimo di piccole produzioni locali d'eccellenza. Deliziosi i sottoli dell'orto; dalle vicine campagne provengono i salumi profumati, le carni, i meravigliosi agrumi. Benvenuti nel regno della tipica ospitalità paesana, rustica e decorosa. Non vi incanteranno le sale, i tovagliati e la mise en place ma sarete grati ad **Ada e Andrea** per avervi regalato la chance di immergervi in una dimensione originale e autentica, in cui tradizione fa rima con qualità. Cominciate allora con cardi, mustela e melanzane sottolio. Proseguite con il trittico di fico d'india, provola e pere, non fatevi sfuggire la frittura dell'orto. Tra i primi piatti giganteggiano i ravioli che potrete assaggiare con l'inedita farcitura di arancia o carciofi e ricci di mare. Il sapore autentico delle carni locali sopravvive alle cotture più ardite. Interessanti, nel solco della tradizione, le proposte a base di pescato di giornata. Per finire, deliziatevi con il parfait all'arancia, agrumato e digestivo.

In the little town of San Sperate, the village full of art made famous by its mural paintings and by the sculptures of Pinuccio Sciola, the cooking at Ristorante Ada promotes the delicacies of an area that is very rich in excellent local products from small suppliers: tasty vegetables preserved in oil, spicy salami, meats and marvellous fresh vegetables from the countryside nearby. You are made welcome in a land of typical 'rustic' and polite hospitality among the country-folk. You won't be enchanted with the dining rooms, the tablecloths, napkins and table settings but you will be grateful to ***Ada and Andrea*** *for immersing you in authentic surroundings in which tradition rhymes with quality. You begin with cardoons, mustela salami, and aubergines in oil. You go on with a multiple dish of prickly pear, provola cheese and pears; don't leave out the fried garden vegetables. Outstanding among the first courses are ravioli that you can taste with an unusual stuffing of orange or artichoke and sea urchins. The flavours of the local meats come through even the most daring forms of cooking. Interesting too, from the depths of traditions here, are dishes based on the day's fish catch. To finish there is a parfait of orange, citrus flavoured and good for the digestion.*

—

ADA
San Sperate (CA), via Cagliari 23, 070/960.09.72
Conto medio: / *Average check:* 30-35 €.

Vivi la Sardegna

IL TUO CAVALLO ALL INCLUSIVE
Vivi la tua passione per il Cavallo...SENZA LIMITI!
Avrai a disposizione un Cavallo tutto tuo e per tutta la settimana, per esplorare le bellezze della Sardegna!
Parteciperai ad attività collettive di monta inglese, monta western, trekking ed equiturismo e assisterai agli spettacolari show equestri!

+

IL TUO VILLINO A POCHI PASSI DAL MARE
Avrai uno splendido Villino in Stile Old English o Western che possono ospitare fino a 4 persone e sono dotati di tutti i comfort: angolo cottura, tv a schermo piatto, aria condizionata telefono, frigobar e dehòr!

LA TUA VACANZA IN SARDEGNA
Vivila con splendide passeggiate a Cavallo immersi nella natura incontaminata, alla scoperta di una Sardegna insolita, ricca di storia e di fascino...
e dove le tue Vacanze a Cavallo diventano emozioni!!

Arborea (OR) | +39 0783 80500 | info@horsecountry.it | www.horsecountry.it

In questa foto: *banderillas* di calamari, gamberi e zucchine del ristorante *La Vela Latina* di Sassari. **Sopra:** Francesco Fois, titolare del ristorante. ***This picture:*** banderillas *of squid, prawns and zucchini from* La Vela Latina *restaurant.* ***Above:*** *Francesco Fois, owner of the restaurant.*

Trattoria La Vela Latina

Sassari

Affacciata su una suggestiva piazzetta tra le viuzze del centro storico di Sassari, la Vela Latina offre cucina di robusta tradizione turritana: ambiente accogliente, non formale, servizio premuroso e una cordialità autentica.
La cucina è un inno alle straordinarie tipicità del territorio: produzioni cerealicole d'eccellenza, carni di qualità, latti saporosi e grassi che si tramutano in splendidi, gustosissimi formaggi.
Cominciate dai deliziosi antipasti di terra, tra cui spiccano i robusti e profumati salumi. Gli gnocchetti alla sarda sono un'esplosione di gustosa semplicità, come le paste minute cucinate con i ceci o i fagioli. Tra i secondi di pesce, ecco la saporosa anguilla arrostita, ma è nella carne che la cultura gastronomica locale celebra la sua inarrivabile grandezza: cervella, animelle e granelli fritti, poi *cordula* (un delizioso intreccio di intestini e budella d'agnello) cucinata in tegame con i piselli, piedini d'agnello in agliata, agnello ubriaco e olive, per finire con le immancabili *monzette* (monachelle, un particolare tipo di lumaca) alla sassarese, cucinate con olio, aglio e pane grattugiato.

Facing a cute little square that you come across unexpectedly in the lanes of the old town centre of Sassari, La Vela Latina offers you robust cooking in the turritana (Sassari) style, a welcoming informal atmosphere, prompt service and a genuine cordiality. The cooking is a tribute to the region's typical ingredients: excellent grain-based products, meat of remarkable quality, and tasty rich milk that is transformed into very tasty cheeses.
Make a start with the delicious local antipasti among which the highly flavoured salumi stand out. The gnocchetti alla sarda *are simple but explode with flavour just as do the small forms of pasta cooked with chick peas or beans.*
Main courses of fish include the flavoursome roasted eel, but it is with meat dishes that the local cooking reaches its greatest heights: offal of brains, sweetbreads and fried calves testicles, then cordula *(a sort of haggis – the Scots pudding using sheeps offal) cooked in the pot with peas, sheeps feet in a sauce of* agliata *(garlic cloves and oil), lamb cooked in wine and olives and, to finish, the unmissable* monzette *(monachelle, a special type of snail) cooked in the style of Sassari with oil, garlic and grated bread.*

—

LA VELA LATINA
Sassari, largo Sisini 3, 079/23.37.37.
www.lavelalatina.com
Conto medio: / *Average check:* 35-40 €.

La sala piccola del ristorante *Da Robertino* di Palau.
A small room in the Da Robertino *restaurant, Palau.*

Ristorante Da Robertino | *Palau (Olbia-Tempio)*

Da Robertino: nella calda atmosfera di una gestione familiare attenta e competente, si serve la tradizione codificata della gran cucina di mare. L'interno è formale ma non sussiegoso, foto di ospiti celebri e meno celebri alle pareti e ovunque regna il clima degli ambienti ben rodati.
Siamo in uno dei templi riconosciuti della gastronomia gallurese: qui si serve qualità senza sbavature, pescato rigorosamente di giornata, rarità gastronomiche introvabili altrove. Il segreto, spiega lo **chef Roberto Fresi**, è due passi oltre la soglia: un mare gelido, pulitissimo, con i pescatori del piccolo diporto in continuo andirivieni tra il molo e la cucina di patron Roberto.
Appena il tempo di accomodarsi e comincia il tourbillon dei mille antipasti: capesante gratinate e acciughe fritte, gamberi al verde, bruschette alla bottarga, un indimenticabile polpo con le patate e gli immancabili carpacci. Tra i primi, da non perdere le linguine alla capra marina e gli spaghetti allo scoglio. E poi saporose grigliate miste, la gran frittura del posto e, autentica squisitezza, la spigola al vernaccia. Tradizionale ma di livello il carrello dei dessert, tra cui spicca il delizioso assortimento di dolci sardi.

At Robertino's, in the warm atmosphere of an attentive family-run place, the traditional classic seafood dishes are served. Inside it is elegant but without being excessively formal, there are photos of famous guests everywhere and throughout there is the atmosphere of a well-drilled establishment. We're in one of the recognised shrines of the gastronomy of the Gallura; here they serve quality without pretence, fish that is strictly the catch of the same day, and gastronomic rarities unobtainable elsewhere. The secret, ***chef Robert Fresi*** *explains, is in the cool, clean sea with the fishermen of the little harbour continually coming and going between the wharf and patron Roberto's kitchen. Hardly having sat down you are served a tourbillon of numerous starters: scallops gratine and fried anchovies, prawns with green sauce,* bruschette alla bottarga *(fish roe), an unforgettable octopus with potato and the unmissable carpaccio. Among the first courses there are linguine with spider crab (a local crab) and spaghetti allo scoglio (a dressing of mixed seafood). Then try the tasty grilled fish or the great local fried fish and, the ultimate delicacy, local sea-bass cooked with vernaccia. The sweet trolley is traditional but of a high standard and standing out are delicious choices of Sardinian sweet dishes.*

—
DA ROBERTINO
Palau, via Nazionale 20, 0789/70.96.10.
Conto medio: / *Average check:* 35-40 €.

Linguine alla Capra Marina

Detta anche "granseola", è un prodotto di pescato locale, proveniente dal bellissimo mare dell'arcipelago del Parco Nazionale di La Maddalena

Ingredienti per 4 persone

- 1 Capra Marina (1,5 kg)
- 2 cipolle dorate, peperoncino a piacere
- 1 mazzetto di prezzemolo, 1 mazzetto di basilico
- 2 coste di sedano
- 2 carote
- 1 kg di pomodorini
- 1 bicchiere di vino (Vermentino di Gallura)
- olio extravergine di oliva
- sale q.b.
- linguine (400 g)

Procedimento

Portare a ebollizione una pentola d'acqua capiente con l'aggiunta dei sapori (cipolla, sedano, carota, sale), immergere per circa trenta minuti la Capra Marina, scolarla e lasciarla riposare. Contemporaneamente, in una padella a parte soffriggere in olio extravergine di oliva cipolla e peperoncino, aggiungere i pomodorini e cuocerli per circa 10 minuti, aggiungendo alcune foglie di basilico di stagione per aromatizzare il composto.
Aprire il guscio della Capra Marina staccandone le chele (che andranno poi a guarnire il piatto). Ricavare la salsa di condimento con la polpa sgusciata, mantenendo all'interno del guscio l'acqua di cottura che andrà emulsionata con un filo di olio extravergine di oliva.
Tagliare il carapace della capra marina a pezzi seguendo l'asse delle chele, porlo in una padella con della cipolla tritata, il peperoncino e un filo di olio extravergine di oliva, soffriggere e sfumare col Vermentino di Gallura accorpandolo ai pomodorini preparati a parte e alla salsa ricavata all'interno del guscio, scolare la pasta al dente e mantecare, riporre il tutto in un piatto di portata utilizzando per la decorazione le chele e il guscio.

Linguine with spider crab

4-persons recipe

- *Spider crabs (kg 1.5)*
- *2 golden onions*
- *Chilli peppers at your leisure*
- *A bunch of parsley*
- *A bunch of basil*
- *2 stalks of celery*
- *2 carrots*
- *Cherry tomatoes kg 1*
- *Vermentino di Gallura wine: 1 glass*
- *Extra virgin olive oil, salt*
- *Linguine (g 400)*

Method

Add onion, celery, carrot, salt in a large pot full of water and bring it to the boil. Put the crabs in the boiling water for 30 minutes, drain and set aside.

Put some olive oil in a pan; slice one onion, finely chop the chilli, add the cherry tomatoes and fry for 10 minutes. Finally, roughly chop and add the basil leaves.

Remove the crabs' claws and put them aside: you will use them as a final garnish. Remove the meat from the crabs; mix it with a little olive oil and with the cooking water still inside the crabs' shell, in order to make a sauce.

Cut the crabs' shells, put them in a frying pan with a little oil, a chopped onion and some chilli. Fry, and then add the Vermentino wine and simmer until reduced. Finally, add the cherry tomatoes that you have fried and the crabs sauce.

Cook the pasta until it's just al dente and season it with the contents of the pan. Put everything in a serving dish and garnish with the claws.

In alto: Roberto Fresi, chef del ristorante Da Robertino. **A sinistra:** un piatto di linguine alla capra marina. ***Top of page:*** *Roberto Fresi, the chef of the restaurant Da Robertino.* ***Left:*** *Linguine with spider crab, recipe of Da Robertino restaurant.*

SARCIDANO (CA-OR)

Panorami sereni tra il verde e il blu

Orizzonti collinari definiti da boschi e laghi, borghi adagiati al cospetto di una natura in cui domina il silenzio: da Laconi a Villanovatulo il cuore dell'Isola si propone in seducenti scenari. A poco più di un'ora da Cagliari

Testi **Daniele Casale** • Fotografie **Elisabetta Loi & Sergio Melis**

SARCIDANO

In questa foto: paesaggio di campagna nei pressi di Laconi. **In basso, a destra:** una orchidea selvatica nel Parco Aymerich, a Laconi.
This picture: *the countryside near Laconi.* ***Bottom right:*** *a wild orchid in the Aymerich Park, Laconi.*

I campi di grano si alternano a boschi di lecci e alle placide acque di laghi navigabili, incastonati ora tra gentili colline, ora tra aspre cime. Il Sarcidano è un **piccolo lembo della Sardegna centrale**, a metà tra le pianure di Campidano e Marmilla e le montagne della Barbagia; offre scenari tra i più vari e ancora regala quel senso di piacevole solitudine e i silenzi ormai scomparsi da altre zone dell'Isola. Si raggiunge in poco più di un'ora di auto da Cagliari (due, se si sceglie il lento ma caratteristico trenino delle ex Ferrovie Complementari a scartamento ridotto), e appena lasciata la statale 131 a quattro corsie il paesaggio cambia d'improvviso: prima le dolci pendenze coltivate, poi, sfiorato l'altopiano della Giara di Gesturi, si arriva, dopo una serie di tornanti, a Laconi, il capoluogo storico del Sarcidano.

LACONI: IL PARCO-FORESTA E IL MUSEO DEI MENHIR

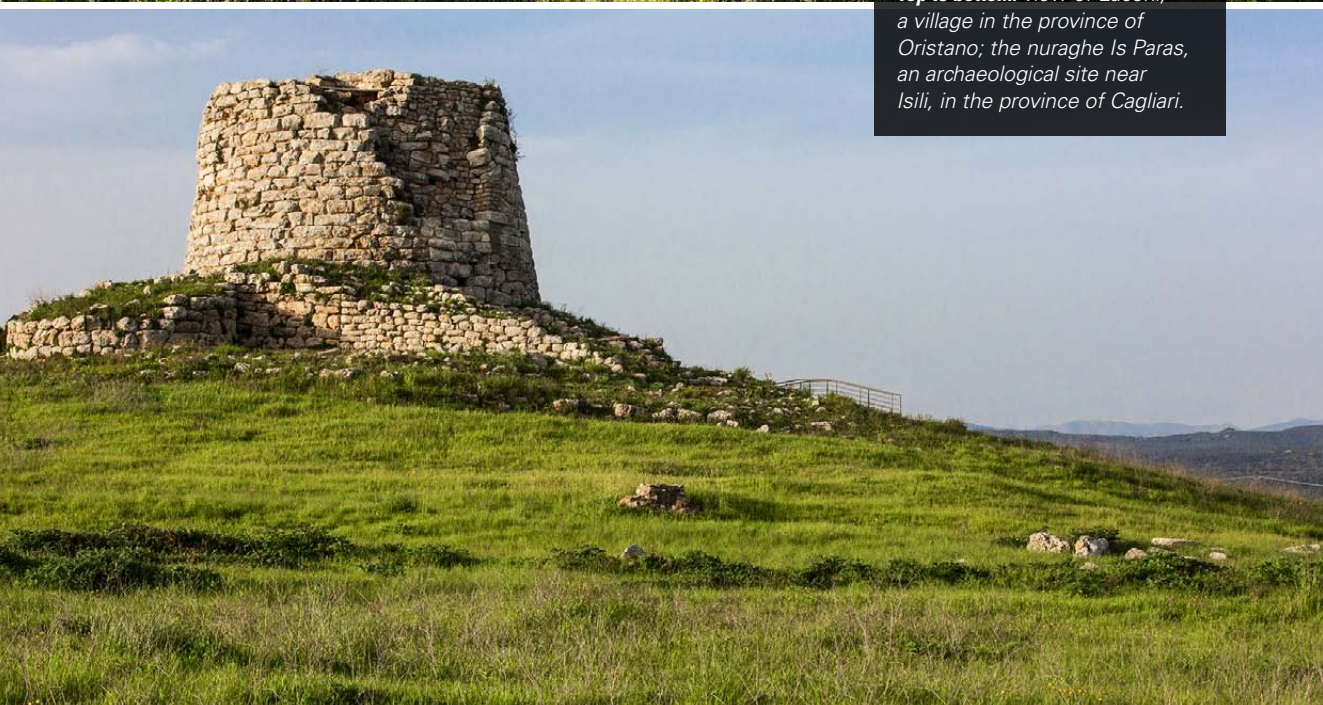
A Laconi i tetti delle case si mescolano alle chiome degli alberi: la ricchezza del borgo è il **Parco Aymerich**, oltre 20 ettari di lecci che si alternano a corbezzoli, pini e piante esotiche. Questo parco urbano, il più esteso della Sardegna, è una vera e propria foresta dentro il paese; non appena ci si accede dalle viuzze del centro storico, si entra davvero in un altro mondo.
D'estate, quando la calura incendia l'aria, nel parco la colonnina se-

In questa pagina, dall'alto: la chiesetta di San Sebastiano, su un isolotto nel lago San Sebastiano, a Isili; un cedro del Libano nel Parco Aymerich, a Laconi. **Pagina seguente, dall'alto:** uno scorcio del Parco Aymerich; i resti del castello medievale nel parco. / ***This page, top to bottom:*** *the country church of St. Sebastian on a islet in the middle of St. Sebastian lake, at Isili; a cedar of Lebanon in the Aymerich Park, at Laconi.* ***Next page, top to bottom:*** *Aymerich Park; medieval castle ruins in Aymerich Park.*

gna sempre quattro o cinque gradi in meno. La penombra, giusto intervallata da lame di sole, invade i sentieri del parco, che si sovrappongono e si alternano a cascatelle, laghetti, viali e grotte calcaree. La foresta prende il nome dal marchese Ignazio Aymerich il quale, da appassionato di botanica, nel 1830 volle realizzare un'area verde all'interno dei suoi possedimenti.

Tra le essenze esotiche spicca **un gigantesco cedro del Libano**, nella parte inferiore del parco. Un po' nascosti, ma ben segnalati, si trovano anche i resti del castello medievale, edificato dal 1053: alcuni tratti di mura e la sala maggiore, con finestre gotico-catalane che regalano viste panoramiche verso il bosco e sulla Giara.

Il parco offre una ricca serie di sentieri, curati dall'Ente Foreste della Regione che lo ha in gestione dal 1991: all'inizio della primavera, tra febbraio e aprile, da non perdere i tappeti di orchidee selvatiche, che qui vegetano nelle loro forme multicolori. Prima di lasciare Laconi, merita una visita ···➤

Dall'alto: veduta di Laconi, in provincia di Oristano; il nuraghe Is Paras (in sardo "i frati"), a Isili, in provincia di Cagliari.
Top to bottom: *view of Laconi, a village in the province of Oristano; the nuraghe Is Paras, an archaeological site near Isili, in the province of Cagliari.*

il **Menhir Museum**, unico nel suo genere in Italia. I menhir sono colossali sculture antropomorfe della cultura preistorica sarda: nella struttura museale se ne possono osservare 40, oltre a ceramiche e utensili di ossidiana, materiale abbondante nel vicino Monte Arci.

TRA CASCATE, LAGHI, LECCETE, FALESIE E CAVALLINI

Lasciata Laconi ci si può dirigere a sud-est ripercorrendo la statale 128 in direzione Isili. Si giunge così a **Nurallao**, piccolo centro agropastorale che vale una sosta per il suo **parco di Funtana Is Arinus** (segnalato all'interno del paese). A caratterizzarlo è una bella cascata con un salto di circa 20 metri che si insinua tra sughere e la fitta boscaglia. Proseguendo il percorso sulla statale, prima di arrivare a Isili, si oltrepassa il **lago San Sebastiano** (o Is Barrocus), tagliato in due dalla ferrovia e dalle gallerie del Trenino Verde. La chiesetta campestre di San Sebastiano si erge su un isolotto che pare galleggiare sullo specchio d'acqua ed è raggiungibile solo in canoa.
Isili offre ai visitatori l'imponente **nuraghe di Is Paras**, da poco riaperto al pubblico, e ai freeclimber le sue falesie calcaree. Da Laconi, si può anche procedere a monte, lungo la strada provinciale 52 bis che conduce alla borgata rurale di **Santa Sofia** dove si possono incrociare i cavalli del Sarcidano (tra le razze equine più antiche della Sardegna) e dove un'altra imponente ed estesa foresta di lecci arriva fino all'abitato di **Villanovatulo**. Qui le case sono quasi a strapiombo sul **lago Medio Flumendosa**. Creato 60 anni fa per irrigare le colture vicine e per la produzione di energia elettrica, il lago è navigabile grazie a battelli che ricordano quelli del fiume Mississippi.
Da Villanovatulo si prende la statale 198 in direzione Sadali e Seui, e qui i paesaggi più dolci del Sarcidano lasciano il posto a quelli più aspri dell'Ogliastra. Ma questo è un altro viaggio. ✣

Panorami sereni tra il verde e il blu

SARCIDANO

The sweetest landscapes

Rolling green hills, blue lakes, enchanted forests, waterfalls: discover the antique land of Sarcidano off the beaten track

It's the micro-region of green and azure, where the fields of grain alternate with dark woods of ilexes and the blue of the navigable lakes, sometimes enclosed by gentle hills and at others by rugged peaks. Sarcidano is ***a small strip of Central Sardinia****, placed between the plains of Campidano and Marmilla and the mountains of Barbagia. It offers the most varied scenery and it still gives you that sense of peaceful solitude and the silence that is now lost to other parts of the island. You can get there in little more than an hour's car ride from Cagliari (or two, if you choose the slow but characterful little train of the former narrow-gauge Ferrovie Complementari) and as soon as you leave the State Highway 131 the scenery rapidly changes: first of all the cultivated slopes, then, past the plateau of Giara de Gesturi, you arrive, through a series of twists and turns, in* ***the historic capital of Sarcidano, Laconi****.*

THE PARK-FOREST AND THE MENHIR MUSEUM AT LACONI

In a small town centre the houses of the original settlement are mixed with tree foliage. Its great asset is the ***Aymerich Park****, more than 20 hectares of evergreen trees and arbutus, pines and exotic plants. It is a real forest within the town (as well as being the most extensive urban park in Sardinia) and, as soon as you enter from the side streets of the old town, you come into another world. In summer, when there's baking heat, in the park the thermometer shows 4 or 5 degrees centigrade less. Shadows, occasionally pierced by sunbeams, invade the park's pathways that overlap and alternate with frequent waterfalls, ponds, wider paths and chalky caves. The forest takes its name from the marquis Ignazio Aymerich who, from his passion for botany, ordered the creation in 1830 of an area of green in the middle of his land-holdings.*

Amid the exotic species a gigantic cedar of Lebanon stands out in the lower part of the park. Somewhat hidden, but well signposted, you also find what is left of the ***medieval castle*** *built in 1053. Still standing are a few walls and the great hall, with its Catalan-Gothic windows that give you broad views in the direction of the forest and towards the Giara's plateau. The park offers a rich variety of routes, looked-after by the region's park authority who have managed it since 1991: at the beginning of spring, between February and April, don't*

Una sala del Menhir Museum a Laconi.
A room of the Menhir Museum, at Laconi.

INFO

Parco Aymerich
Aperto tutti i giorni dalle 8 alle 20 d'estate, dalle 8 alle 16 d'inverno.
Open all days, 8am to 8pm in summer, 8am to 4pm in winter.
Laconi (OR), via del Parco, 0782/86.70.64.

Menhir Museum
Nel palazzo Aymerich. Apertura: estiva da martedì a domenica 10-13 e 15,30-19, invernale 10-13 e 15-18. Ingresso con visita guidata 5 €. / *Inside the Aymerich Palace. Open tues-sun, 10-1pm and 3,30pm-7pm, in summer. Admission and guided visit at 5 €.*
Laconi (OR), piazza Marconi, 0782/69.32.38, 342/350.77.60, menhirmuseum.it

Parco di Funtana Is Arinus
Sempre aperto, accesso libero.
Always open, free entrance.
Nurallao (CA), località Is Arinus, 0782/81.50.04.

Nuraghe di Is Paras
Aperto tutti i giorni, tranne il lunedì, 10-13 e 15-18, da giugno 15,30-19. Ingresso 3 €. / *Always open, closed on Mondays, 10-1pm and 3pm-6pm; from June 3,30pm-7pm. Admission 3 €.*
Isili (CA), località Is Paras, 0782/80.26.41, 380/455.38.56, 320/709.37.77.

Escursioni e visite

Consorzio Perda Iddocca
0782/86.70.13, www.iddocca.it

Consorzio Turistico dei Laghi
070/211.04.32, www.laghienuraghi.it

Ristoranti

Agriturismo Genna'e Corte
A nove chilometri da Laconi; pranzo tipico 28 €. / *9 kilometers from Laconi. Typical lunch at 28 €.*
Laconi (OR), località Stunnu, 0782/86.91.35, 368/754.46.39, w www.gennaecorte.it

Omo Axiu
Ristorante e museo etnografico nell'antica casa padronale cinquecentesca della famiglia Vargiu. È anche albergo diffuso. Menu completo a 30 € con pietanze preparate secondo ricette tradizionali e con ingredienti locali.
Ethnographic museum and restaurant in a typical, old country house, property of the Vargiu family since the 16th century. Also albergo diffuso. Full meal with local products and traditional dishes at 30 €.
Orroli (CA), via Roma 46, 0782/84.50.23, www.omuaxiu.it

miss **the carpets of wild orchids** that flourish here in their many colours. Before leaving Laconi it is worth visiting the **Menhir Museum**, the only one of its kind in Italy. Menhirs are colossal anthropomorphic sculptures from the prehistoric culture of Sardinia: within the museum you can see 40 of them as well as pottery and utensils made of obsidian (volcanic glass), a material that is readily available at nearby Mount Arci.

WATERFALLS, HORSES AND LAKES

When you've left Laconi you can head south-east and take the State Highway 128 in the direction of Isili. In which case you'll first get to **Nurallao**, a small settlement of agriculture and pastures worth visiting for its **Funtana Is Arinus park**: it has a beautiful waterfall 20 metres in height that fits between cork trees and shrubbery. Carrying on along the highway, before getting to Isili, you pass by the **lake of Is Barrocus**. Amid its special features are the railway line and tunnels of the Little Green Train that cut it in half, and the small church in the fields of Saint Sebastian on a small island which looks like floating on the water and can only be reached by canoe. Also to be seen at **Isili** is the imposing **nuraghe of Is Paras**, only recently reopened to the public and, for the free-climber, its chalky cliffs.

The alternative, from Laconi, is to climb up taking the provincial 52 bis road that leads you to the rural settlement of Santa Sofia, where you can come across the **horses of Sarcidano** (among the oldest of the equine breeds of Sardinia) and where an imposing and extensive forest of ilexes stretches as far as the settlement of **Villanovatulo**.

Here its houses almost tumble into the lake of Medio Flumendosa, that wriggles like a fjord to the south-east. This artificial lake is navigable thanks to ferries that make you think of the Mississippi.

From Villanovatulo you get on to the State Highway 198 in the direction of Sadali and Seui, and here the most beguiling landscapes of Sarcidano give way to the rugged heights to Ogliastra. But that is another journey. ✤

asilieboassa.com - ph ales&ales - antonio saba

VORREI.
MA POSSO.

Nel nostro Hotel, al centro di uno dei paesaggi naturali e umani più straordinari e selvaggi d'Italia, il Sulcis, troverete 66 stanze dotate di ogni comfort, sale convegni, una cucina di altissimo livello e un attrezzato centro benessere con gli esclusivi trattamenti viso e corpo dell'innovativa linea di cosmesi [comfort zone]. Il Lu' Hotel è qui per voi. Che siate un manager in viaggio di lavoro, un'appassionata di trekking o di surf, un'intenditrice di raffinatezze gastronomiche, uno studioso di minerali, di architettura moderna, di archeologia antica o industriale, o che semplicemente amiate i silenzi di un luogo magico e lontano dal caos, non potreste trovare luogo più adatto dove trascorrere le vostre vacanze. Vi aspettiamo, come ospiti e come amici.

Carbonia - Sardegna
Via Costituente - 09013 Carbonia (CI)
Tel. 0781 665020 - Fax. 0781 674240
info@luhotel.it
www.luhotel.it

In questa foto: la galleria Santa Barbara nella miniera dismessa di Rosas, presso Narcao. **Nella pagina seguente:** uno dei vecchi vagoni usati per trasportare i minerali alla laveria.
This picture: *the Santa Barbara gallery in the abandoned mine of Rosas, Narcao.* ***Next page:*** *an old mine wagon at Rosas.*

SULCIS IGLESIENTE (Carbonia-Iglesias)

Antiche civiltà nella terra dei minatori

Dalla miniera di Rosas al Museo Archeologico di Santadi. Il sud-ovest dell'Isola offre suggestivi percorsi sotterranei e molte testimonianze di un importante passato

Testi **Walter Falgio** * Fotografie **Enrico Spanu**

La lenta risalita del treno iniziava sotto i merli del castello, tra leccete, oleandri e massicciate. La strada stretta curva, si inerpica, fatica, l'asfalto rasenta i vecchi binari, a tratti si addossa. Siamo nel Sulcis Iglesiente e l'itinerario verso Rosas e Santadi si apre qui, dal piede della **rocca medievale di Acquafredda**, che fu del conte Ugolino della Gherardesca, e dal quadrivio sulla Pedemontana per Villamassargia. Stazioni e caselli delle Ferrovie Meridionali Sarde, animati fino al 1974, ancora resistono affacciati ai declivi e spesso si annunciano ponti e gallerie meritevoli di una sosta. Alcune vecchie strutture ferroviarie sono opere grandiose; è il caso del **viadotto sul rio Fundus**, tra le fermate di Campanasissa e Terrubia: sospeso su cinque arcate, ancora intatte dagli anni Venti, conta trecento metri di sviluppo, trenta di altezza, su un fondo largo poco meno di tre che, come buona parte dell'ex tracciato su ferro, può essere attraversato da biker esperti.

UNA MINIERA OTTOCENTESCA DI PIOMBO E ZINCO

Dopo il cinquantesimo chilometro si lascia la statale 293 per la provinciale 78 verso il **villaggio minerario di Rosas**, capolavoro di archeologia industriale interamente recuperato dal Comune di Narcao, e inserito nel Parco Ge-

Sopra: il trenino si inerpica sui sentieri del villaggio minerario di Rosas, presso Narcao. **A destra:** la rocca medievale di Acquafredda, presso Siliqua. **Sotto**: la necropoli prenuragica di Montessu, presso Villaperuccio. / ***Above:*** *train tour of Rosas abandoned mining village, near Narcao.* ***Right:*** *the medieval Castle of Acquafredda, near Siliqua.* ***Below:*** *the pre-Nuragic necropolis of Montessu, near Villaperuccio.*

ominerario Storico e Ambientale della Sardegna. Il complesso ottocentesco sfruttava i giacimenti di galena da cui si estraevano piombo, zinco, argento e rame. Sul piazzale principale si profila la **laveria**, struttura imponente che conserva l'ossatura in pietra del primo impianto meccanico e ripropone il pregevole rivestimento in travi di legno, richiamo all'originario assetto in resistentissimo *pitch pine*. Era una delle poche essenze in grado di assorbire le potenti sollecitazioni di mulini e frantoi in movimento, oggi perfettamente recuperati e funzionanti: macchine in ferro e acciaio, pesanti, costruite per polverizzare il minerale.
Rosas offre un bel museo e parecchi servizi, come il ristorante ospitato nella elegante palazzina dell'ex ufficio postale e il bar, aperto negli ex magazzini di stoccaggio. Gli alloggi dei mi-

natori sono diventati case-vacanza e la suggestiva e panoramica foresteria per gli impiegati, accanto alla quale sorgevano scuola, chiesa e bottega, è oggi un ostello. Da non perdere, la visita alla **galleria Santa Barbara**: sette livelli di cunicoli tutti collegati e solo in parte accessibili, situati tra i 190 e i 316 metri sul livello del mare. Si attraversa il cuore di scisto e calcare sotto le armature in castagno, osservando vecchi fornelli verticali e discenderie. Tutto rigorosamente in sicurezza e accompagnati da guide esperte.

UN SANTUARIO PUNICO DEDICATO A DIVINITÀ CTONIE

Oltre ai sentieri della civiltà mineraria, il territorio di Narcao restituisce anche antichissimi resti, come il **tempio di Demetra e Kore** nella frazione di Terraseo. Si tratta di un'area sacra frequentata probabilmente dal V secolo avanti Cristo e scoperta per caso da un contadino durante l'aratura nel 1971. Centinaia di statuine dedicate al culto della divinità femminile della Terra furono rinvenute insieme a vasi, lucerne, bruciaprofumi e monete, attorno e all'interno del *sancta sanctorum*, di edifici vicini e altri altari. È possibile che il santuario fosse in qualche modo connesso con il vicino insediamento di **Pani Loriga**, città fenicio-punica, frequentata sin dall'epoca nuragica, con due importanti necropoli.

La prima è costituita da centocinquanta tombe a incinerazione, risalenti alla seconda metà del VI secolo avanti Cristo; la seconda è del V-IV secolo avanti Cristo, e presenta camere funerarie e corridoi di accesso scavati nel tufo. Pani Loriga era certamente una roccaforte militare, costruita in posizione dominante. Parte dei corredi ritrovati nell'area è conservata oggi al **Museo Civico Archeologico di Santadi**, accanto ai vasi e i monili scoperti nel tempio nuragico di Su Benatzu, dedicato al culto delle acque sotterranee, e a un pugnale in rame delle *domus de janas* prenuragiche di Montessu.

GLI ENIGMI INSOLUTI DELLA PREISTORIA SARDA

Un altro affascinante sito preistorico nel territorio del Basso Sulcis è quello di **Barrancu Mannu**, una tomba dei giganti dove di recente è stata ritrovata una complessa incisione dalle forme geometriche (sfere e linee perfettamente centrate). Si tratta di un simbolo non ancora interpretato, un enigma su cui lavorano gli esperti e che racchiude in pochi centimetri tutto il fascino delle antiche civiltà di Sardegna. ✤

SULCIS IGLESIENTE

Prehistoric treasures and abandoned mines

An Indiana Jones style journey in the land of mines

The railroad goes uphill under the castle's battlements, among holm-oak and oleander woods; the country road is narrow, steep, and keeps close to the old rails. We are beginning our way towards Rosas and Santadi, at the foot of the ***medieval castle of Acquafredda****, in the Sardinian territory known as* ***Sulcis Iglesiente****. The old train stations and signalman's houses of the Ferrovie Meridionali Sarde (the Sardinian Southern Railways) have been closed in 1974, but still stand, facing these enchanted slopes. Here and there you can still admire old bridges and tunnels that are definitely worth visiting. Some of them are interesting examples of engineering, such as the viaduct over the Fundus river, between Campanasissa and Terrubia. It is an intact five arches bridge of the 1920s, 300 meters long, 30 meters high, and can be crossed by experienced biker.*
After passing the 50th kilometer, we leave the Statale 293 to get the Provinciale 78; our destination is ***the old mining village of Rosas****, a masterpiece of industrial architecture fully recovered by the municipality of Narcao, and included in the Sardinian Parco Geominerario. During the 19th century, the mining industry exploited the local deposits of galena to extract lead, zinc, silver and copper. On the main square of Rosas you can see an impressive building: it's the* laveria*, the old washery that still preserves the stone skeleton of the first mining system and shows the original wooden beams made of pitch pine wood, one of the few kinds of wood able to hold out against the powerful mechanical stresses of moving mills and crushers.*
In the abandoned village, there's a nice museum, a restaurant, housed in the elegant former post office, and a bar in the old warehouses. Today the miners lodging have become holiday homes and the employees dwelling houses have been transformed into a nice hostel. All visitors are keen on entering the ***Santa Barbara gallery****,* ***a thrilling itinerary in the bowel of the earth****: seven different levels of connected tunnels, between 190 and 316 meters above the sea level. Do not be afraid: visitors safety is always the main concern of local guides.*
The territory of Narcao is an interesting archaeological area: do not miss the ***Punic Temple of Demeter and Kore*** *in the hamlet of Terraseo; it has been built inside an important sacred area of the 5th century BC, accidentally discovered by a farmer in 1971. Hundreds of statuettes - all used to worship mother goddess - were discovered along with vases, oil lamps, incense burners and coins, both outside and inside the sacred temple and the altars. Some scholars suppose that the sanctuary was connected with the nearby settlement of* ***Pani Loriga, a Phoenician colony near Santadi****, a very special area which have been inhabited since Nuragic times.*
Nearby two underground necropolis have been excavated: the first one includes 150 cremation graves of mid-6th century BC, while the second necropolis, located on the north-western area, dates back to the 5th-4th century BC; its burial chambers and corridors had been dug directly into the tuff rock. Pani Loriga was an ancient military fortress, built in a dominant position; a good part of its archaeological objects is preserved in the local museum of Santadi, the Museo Civico Archeologico, where you can admire also the vases and the jewels discovered in the ***Nuragic temple of Su Benatzu****, where the ancient population worshipped the subterranean waters, and the oil lamps, the pottery and a copper knife from the* ***pre-Nuragic*** **Domus de Janas** ***of Montessu****.*
Barrancu Mannu *is another fascinating prehistoric village in the lower Sulcis Iglesiente: here you can see an example of a Tomb of Giants with its recently discovered geometric engravings. These lines are still a mystery, one among the many riddles tied to the Sardinian ancient civilizations.* ✤

INFO

Ecomuseo Miniere Rosas
Gestito dal Comune di Narcao, oltre a garantire le visite guidate alla laveria e alle gallerie, dispone di un albergo diffuso allestito nelle ex case operaie e di un ostello negli edifici della ex foresteria. Apertura: da giugno a settembre, tutti i giorni 9-19 (visite guidate alle 11, 15, 17). Ingresso 6 €. *The museum offers guided tours to the old washery and to the Santa Barbara gallery, and manages an "albergo diffuso" and a hostel. Open all days 9-7pm, from June to September; guided tours at 11am, 3pm and 5pm. Admission 6 €.*
Narcao (CI), via Rosas, 0781/185.51.39, www.ecomuseominiererosas.it

Tempio di Demetra e Kore
Per la visita al sito archeologico rivolgersi alla reception dell'Ecomuseo Miniere Rosas. *To visit the archaeological site, please ask the reception of Ecomuseum Miniere Rosas.*
Narcao (CI), frazione Terraseo.

Museo Archeologico di Santadi
Apertura: 9-13 e 17-19; Ingresso 2,60 €. / *Open 9-1pm and 5-7pm; admission 2,60 €.* **Santadi (CI), via Umberto I 17, 0781/95.42.03, www.museoarcheologicosantadi.it**

Rocca medievale di Acquafredda
Apertura: mercoledì-domenica 10-18. Ingresso 4 €. Il parco archeologico del castello è gestito dalla Coop Antarias che organizza visite guidate di un'ora e 15 minuti a 5 €. / *Open wed-sun, 10-6pm; admission 4 €. guided visit: coop Antarias at 5 €.*
Siliqua (CA), Strada Statale 293, Km 35, 349/15.64.023, 349/74.28.014, www.castellodiacquafredda.it

Area Archeologica di Montessu
Info a p. 54. / *See page 54.*

Ristorante L'Antico Borgo
Carni e pesce di qualità. Grande sala, ampie verande e gazebo. Conto medio 30 €. / *Large room and porches, gazebo. Average check 30 €.* **Narcao (CI), via Villaperuccio, 0781/95.91.77, 349/184.04.59, www.anticoborgonarcao.it**

Foto G. Alvito

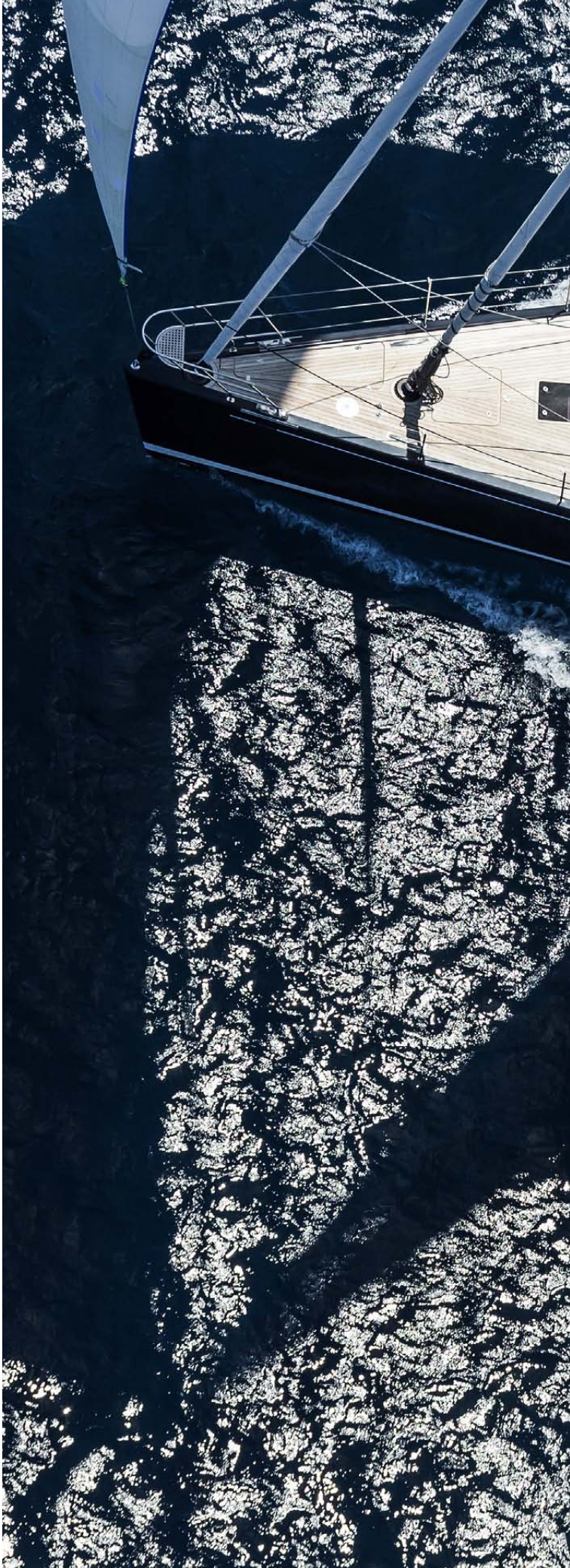
Sardegna
L'isola dalle vene d'argento
Storia, luoghi e natura di un'isola unica
www.parcogeominerario.eu

IL GRANDE SPORT DA VEDERE

Maxi vela, rally e gli incredibili ironmen

Alle regate in Costa Smeralda, alle corse in auto, si aggiungono le imprese degli atleti del triathlon, venuti nel sud della Sardegna a caccia di un posto per le Olimpiadi di Rio

Testi **Mario Frongia**

Maxi yacht, motori e grandi interpreti di nuoto, corsa e bici: nel 2016 la Sardegna sposa vela d'autore, rally e triathlon in eventi di rilievo internazionale. Dal nord al sud dell'Isola si intrecciano appuntamenti di forte impatto per vacanzieri e appassionati. Le acque della Costa Smeralda vantano le sfide delle giunoniche imbarcazioni a vela; tra Alghero e Berchidda si sfidano a suon di accelerate da incubo i maestri del rally, e nel meridione, tra Cagliari e lo spicchio di golfo degli Angeli che va da Pula a Domus de Maria, lo spettacolo è offerto dall'**Ironman triathlon**. Tra calette e maestrale, su tornanti incorniciati da ginepro e mirto, insenature e porticcioli, una sfida per superare tutti, anche se stessi.
Il capoluogo regionale è sede a maggio di una tappa dell'***Itu Triathlon World Cup***, l'ultima che consente ai triatleti di raccogliere punti per le qualificazioni alle olimpiadi di Rio de Janeiro. Un bel colpo per lo sport isolano, tenuto conto che la federazione mondiale ha detto sì alle avance italiane dopo aver promosso percorso e location. Dal Molo Ichnusa a via Roma, seguendo un lungomare da incanto e la spiaggia del Poetto, sotto la Sella del Diavolo, accanto allo stagno di Molentargius e alle Saline: una scenografia per i campioni di nuoto, corsa e due ruote. Atleti professionisti e non solo: il richiamo delle gare, con la distanza sprint (750 metri a nuoto, 18 chilometri in bici, 5 chilometri di corsa), attrae appassionati da mezzo mondo.
Il triathlon è disciplina tanto ferrea e feroce quanto dotata di forte appeal per sportivi e addetti ai lavori. ····▶

In questa foto: il superyacht *Cape Arrow*, una vela di ben 30,26 metri, durante la *Loro Piana Superyacht Regatta* nelle acque della Costa Smeralda. / ***This picture:*** Cape Arrow*, a 30,26 metre sailing yacht, during the* Loro Piana Superyacht Regatta *in the clear waters of Costa Smeralda*.

Per questa ragione, le amministrazioni comunali di Pula, Teulada e Domus de Maria hanno deciso di sostenere il **Challenge Forte Village Sardinia** (in ottobre).
Giunto quest'anno alla sua terza edizione, l'evento è il must di stagione per i triatleti. Grazie a migliaia di partecipanti, uno speciale mix mare-terra-collina, un contesto naturale da fiaba e le opzioni offerte dal celebre resort a cinque stelle – vero cardine della manifestazione – la gara vola leggera, raccoglie applausi e valorizza il fascino straordinario dei luoghi circostanti, come Santa Margherita, Tuerredda, Cala Cipolla, Chia, Cala Zafferano, Capo Spartivento.
Il Forte Village mette in calendario *Half distance* (1.900 metri a nuoto, 90 chilometri in bici, 21,097 chilometri di corsa), *Sprint* (750, 20, 5) e *Duathlon Kids*, corsa-bici-corsa per ragazzini da 6 a 15 anni con percorsi dai 100 agli 800 metri, da 500 metri a 4 chilometri e da 50 a 400 metri.
Lo sport di qualità si coniuga con relax, svago e divertimento: la vacanza abbinata allo sport è magica per protagonisti e spettatori. Spettacolo e suspense sono offerti dalle onde e dai venti della Costa Smeralda e dagli sterrati dell'Algherese.
A Porto Cervo, le virate di bolina garantiscono emozioni e adrenalina. Lo **Yacht Club Costa Smeralda** è il dominus della disciplina. Fondato dall'Aga Khan nei primi anni 60, ha storia, tradizioni e vittorie che spiegano valori, competenza, professionalità.
La **Loro Piana Superyacht Regatta** accoglie a giugno trenta barche tra le più imponenti al mondo: quattro giorni da film lungo i litorali della Costa Smeralda, veleggiando tra gli isolotti granitici dell'arcipelago della Maddalena.
Seguirà, in settembre, la **Maxi Yacht Rolex Cup & Rolex Maxi 72 World Championship**, dalla nuova classe Maxi 72, che disputa il suo campionato mondiale durante la manifestazione, fino alla Supermaxi riservata alle fuoriserie che superano i 30,5 metri. Insomma, il top dei cinque continenti.
Il **Rally Italia Sardegna 2016**, curato a giugno da Aci Sport con la partnership della Regione Sardegna, è la sesta tappa del campionato del mondo Wrc. Con base ad Alghero e un percorso diviso in 19 prove speciali per 325 chilometri cronometrati, si sviluppa nelle province di Sassari e Olbia-Tempio.
Gli sterrati del Logudoro e dell'Anglona – aree ricche di luoghi immacolati che meritano una visita – mettono a dura prova auto e piloti. Non è un caso che il rally sardo venga considerato tra i più duri (e divertenti) a livello mondiale.
La manifestazione prevede l'apertura emozionante a Ittiri, i passaggi a Olmedo-Monte Baranta, le prove speciali di Tula e Sassari-Argentiera, i crono di Castelsardo e Tergu-Osilo. Tecnologia, coraggio e avventura si sposano in uno degli scorci più belli del Mediterraneo. ✤

Dall'alto: triatleti sulla strada per Teulada; la partenza del Challenge Forte Village; triatleti alla torre di Cala d'Ostia (Pula); rally presso la Basilica di Saccargia. / ***Top to bottom:*** *triathletes on the way to Teulada; the start of the Challenge Forte Village race; triathletes near the Cala d'Ostia tower (Pula); rallying near the medieval Saccargia church.*

PR&Go Up Communication Partners

SCEGLI QUALITÀ, FREQUENZA E VELOCITÀ DELLE #NAVIGIALLE.

CORSICAFERRIES.COM

La Primavera del calcio nell'Isola

Pallone, territorio e visibilità. La Primavera del Cagliari calcio di Tommaso Giulini attraversa la Sardegna a suon di vittorie. Dalla tana di Assemini alle miniere e al mare da urlo, con match del torneo 2015/16 a Iglesias, Giba e Arbus, alle icone del Campidano, Dolianova, Mandas e Sanluri. Ma il team di Canzi gioca anche in altri centri ricchi di storia, arte, tradizioni: Orroli, Usini, Barumini, tempio dei nuraghi, e Olbia, cuore della Gallura. In breve, un ottimo biglietto da visita per club quali Inter, Milan, Brescia, Udinese, Bologna e Chievo: il gotha della categoria in visita ad alcuni degli scorci più affascinanti dell'Isola.

Sardinian football gives exposure to the beauties of its territory, thanks to the many victories of Cagliari Calcio, the Italian football club based in Cagliari, under the presidency of Tommaso Giulini (its current Head coach is Massimo Rastelli). This year they have played in Iglesias and in Giba, two towns in the beautiful province of Iglesias-Carbonia, in Dolianova, Mandas and Sanluri, traditional villages in the very heart of Campidano region, and in other places such as Orroli, Usini, Barumini, Olbia, well known for their history, art and traditions.

INFO

TRIATHLON
Itu Triathlon World Cup - Cagliari
7 e 8 maggio / *May 7-8*.
www.wtcsardegna.com
Challenge Forte Village Sardinia - Santa Margherita di Pula (CA), 30 ottobre *October 30*, 070/9.21.88.20, www.fortevillagetriathlon.com, www.fitri.it

VELA
Loro Piana Superyacht Regatta Porto Cervo, 7-11 giugno / *June 7-11*, www.boatinternational.com
Maxi Yacht Rolex Cup & Rolex Maxi 72 World Championship - Porto Cervo
4-10 settembre / *September 4-10*, 0789/90.22.00, www.yccs.it

RALLY
Rally Italia Sardegna 2016 - Alghero, 9-12 giugno / *June 9-12*, 347/3.76.48.51, www.rallyitaliasardegna.com

IL GRANDE SPORT DA VEDERE

Maxi vela, rally e gli incredibili ironmen

Alle regate in Costa Smeralda, alle corse in auto, si aggiungono le imprese degli atleti del triathlon, venuti nel sud della Sardegna a caccia di un posto per le Olimpiadi di Rio

SPORT

The Island of the champions

This summer Sardina offers a rich calendar of international sports events

Maxi yachts, cars and motors, swimming, running and cycling champions: all in Sardinia. This year, the Island boasts great international sporting events: a yacht racing, a rally and two triathlon races. Throughout the island, a rich calendar of not to be missed events has been created to the delight of vacationers and sporty people: the Costa Smeralda waters boast the challenges of giant sailboats; between Alghero and Berchidda the key players and top drivers of rally racing challenge each other; in the south, near Cagliari, a great show is offered by the Ironman.
Do not miss on May 8 the **Cagliari ITU Triathlon World Cup 2016**, *the last triathletes' competition to get the points they need to qualify for the 2016 Olympic Games. It's a lucky strike and a source of pride for Sardinia since the International Triathlon Union gave its approval to the Italian application only after having carefully evaluated the location and the characteristics of the competition and transition areas. From the dock known as Molo Ichnusa to via Roma, along the Poetto beach, under the Sella del Diavolo, and then flanking the Molentargius pond and the Salinas: the* Sprint *race format (swim 750 m, bike 18 km, run 5 km) attracts both professional and amateur athletes from all over the world, and Cagliari gives them a wonderful, unique competition setting.*
Triathlon is a hard and engaging sport with a very special emotional appeal: that's why in 2014 the administrators of Pula, Teulada and Domus de Maria decided to support the **Challenge Forte Village Sardinia**, *a triathlon race which holds in October, with athletes competing in three categories:* Half Distance *race (swim 1.900 m, bike 90 km, run 21.097 km),* Sprint *and* Duathlon Kids *(a run-bike-run race designed for 6-15 years old kids). Now in its third edition, the race attracts thousands of participants who are given the chance to discover the extraordinary charm of places like Santa Margherita, Tuerredda, Cala Cipolla, Chia, Cala Zafferano and Cape Teulada.*
In Sardinia the greatest sporting events combine happily with nature at its best to create a magic mix of joy and entertainment. You can taste it in Costa Smeralda, whose waves and winds have been the school of the best skippers in the

Loro Piana Superyacht Regatta 2015

world and still guarantee excitement and adrenaline. The ***Yacht Club Costa Smeralda*** *is the "king" of sailing; founded by the Aga Khan in the early 60s, it boasts a noble history, mastery and many victories, and attracts the best of crews, sponsors and boats from all over the world. The* **Loro Piana Superyacht Regatta** *welcomes in June thirty boats (and no more) amongst the most impressive in the world and gives their crews the chance to pass four wonderful days sailing among the granite islands of the Maddalena archipelago. Afterwards, in September, another great event: the* **Maxi Yacht Rolex Cup and Rolex Maxi World Championship 72**. *In 1980 the Yacht Club Costa Smeralda organized the first championship for the world's most spectacular yachts. Today the event gathers ever-more impressive and technologically advance fleets for racing on the waters of the Costa Smeralda. Competing divisions range from the new Maxi 72 class, which disputes its World Championship during the event, to the Supermaxi division for yachts of over 30.5 meters. As to Rallying, the* **2016 Italia Sardegna Rally**, *which holds in June thanks to the partnership between Aci Sport and the Region Sardinia, is the sixth round of the* **Rally World Championship**.
This thirteenth edition of the race will be staged in the north-west part of the island, in the provinces of Sassari and Olbia-Tempio, and will have its headquarter in the town of Alghero. The 19 scheduled stages will span a total of 325 timed kilometers. The drivers will find quite challenging the dirt roads of Logudoro and Anglona, two areas full of places worth visiting, and it's not by chance that the Italia Sardegna Rally is considered one of the most difficult and demanding world championship race.
The opening super special stage of 2 kilometers on Thursday evening will take place at the Ittiri Arena Show; the crews will continue with the first leg on Friday 10 June. The day after, Saturday 11 June, is going to be the longest and toughest of the whole race which will end on Sunday 12.
The grand finale with the prize ceremony will take place in Alghero's harbor. Bravery, tech mastery, courage, emotions in a wild, surprising Mediterranean setting. ✤

1 / 2 / 3 / 5 / 6 / 8 / 10 aprile
LA CAMPANA SOMMERSA
Ottorino Respighi

29 / 30 aprile
1 / 3 / 4 / 6 / 8 maggio
LA BOHÈME
Giacomo Puccini

25 / 26 / 27 / 28 / 29 maggio
THE TOKYO BALLET

8 / 9 / 12 / 13 / 14 / 15
16 / 20 / 23 / 27 / 30 luglio
3 / 6 / 10 / 13 agosto
LA TRAVIATA
Giuseppe Verdi

14 / 15 / 16 / 18 / 19 / 21 / 23 ottobre
LA PIETRA DEL PARAGONE
Gioachino Rossini

11 / 12 / 13 / 15 / 16
18 / 20 novembre
FALSTAFF
Giuseppe Verdi

16 / 17 / 18 / 20 / 21 / 28 / 30 dicembre
IL TROVATORE
Giuseppe Verdi

Biglietteria del Teatro Lirico
tel. 070 4082230 - 070 4082249
www.teatroliricodicagliari.it

Sant'Efisio

Eventi / Events

1 - 4 maggio
Cagliari e Pula (CA)
Festa di Sant'Efisio
TRADIZIONE Giunta alla 360ª edizione, è un momento di devozione, fede, cultura, tradizioni centenarie e partecipazione popolare. L'intero mese di festeggiamenti raggiunge l'apice con la processione del 1° maggio e con lo scioglimento del voto perpetuo che accompagnerà il santo nel suo pellegrinaggio verso Nora. / *Now in its 360th edition, this feast is a one-month celebration of popular devotion, faith, old traditions and culture. Its apex is the procession during the first day of May.*
www.cagliariturismo.it

16 aprile - 19 giugno
Sulcis Iglesiente
Primavera Sulcitana
EVENTO Questo evento tra enogastronomia e turismo attivo promuove le eccellenze del Sulcis Iglesiente. Inizia il 16 aprile a Carbonia e si conclude il 19 giugno a Iglesias: 11 weekend alla scoperta di 22 località del sud-ovest della Sardegna. / *11 long weekends to discover 22 locations of Sulcis-Iglesiente province and its typical products.*
www.primaverasulcitana.it

16 aprile - 26 giugno
Marghine, Ogliastra, Baronia
Primavera in Marghine, Ogliastra e Baronia
EVENTO Un viaggio in 20 paesi nel cuore della Sardegna per conoscere le molteplici identità del territorio che rivivono nei sapori e negli antichi mestieri. / *An exciting journey through 20 villages in the very heart of Sardinia.*
www.cuoredellasardegna.it

1 - 8 maggio
Lula (NU)
Festa di San Francesco di Lula
TRADIZIONE Nel santuario di San Francesco di Lula, due volte l'anno, dal 1° all'8 maggio e ai primi di ottobre, si celebra la festa in onore del santo tra cammini di fede e *cumbissias*. *Twice a year, in early May and October, the sanctuary of San Francesco of Lula houses the greatest celebration of the saint.*
www.comune.lula.it

7 - 8 maggio
Cagliari
Coppa del Mondo di Triathlon
EVENTO La Federazione Mondiale ha assegnato a Cagliari, per la prima volta nella storia, una tappa del circuito di Coppa del Mondo di Triathlon. Protagonisti sono atleti internazionali e i nostri migliori azzurri, che rivedremo tre mesi dopo ai Giochi Olimpici di Rio 2016. / *A great international show is offered by the Ironman: do not miss the Cagliari ITU Triathlon World Cup 2016.*
www.wtcsardegna.com

15 maggio
Cagliari
Maratona di Cagliari
EVENTO È alla sua 7ª edizione questa manifestazione internazionale di corsa sulla distanza di 42,195 km.
An international marathon, now in its 7th edition.
www.maratonacagliari.com

23 aprile - 29 maggio
45 Comuni della Sardegna
Monumenti Aperti
EVENTO Alla scoperta del patrimonio culturale della Sardegna grazie all'apertura straordinaria di musei e monumenti. / *Special opening of museums & monuments to discover the Sardinian heritage.*
www.monumentiaperti.com

1 maggio - 26 giugno
11 comuni della Gallura
Stazzi e *Cussogghji* - Primavera in Gallura
EVENTO Una manifestazione itinerante che viaggia a ritroso nel tempo per far rivivere le tradizioni della civiltà contadina gallurese. / *Both a traveling exhibition and a journey into the past to be acquainted with the traditions of the rural culture of Gallura.*
www.primaveraingallura.it

14 - 28 maggio
Cagliari e comuni limitrofi
Festival "Forma e poesia nel Jazz" EVENTO
www.formaepoesianeljazz.it

11 - 15 maggio
Olbia
Festa di San Simplicio
TRADIZIONE Il santo patrono di Olbia viene festeggiato il 15 maggio con una solenne processione, ma i festeggiamenti iniziano il 13 con i concerti, la benedizione dei cavalli, la sagra delle cozze e i tradizionali fuochi d'artificio sul lungomare. / *This popular feast begins on May 13 and reach its apex two days after with a great procession.*
www.olbiaturismo.it

21 - 22 maggio
Sassari
Cavalcata Sarda
TRADIZIONE Nasce come omaggio ai Savoia. Le strade di Sassari si trasformano in un museo vivente: musiche antiche, sfilate a piedi, a cavallo o sulle *traccas* (antichi carri), figure acrobatiche e sfide tra cavalieri. / *Thousand of paraders on foot, on horseback or on chariots, in traditional colorful costumes, are accompanied by ancient musics. Acrobatic challenges among riders.*
www.comune.sassari.it

2 - 5 giugno
Carloforte, Isola di San Pietro
Girotonno
EVENTO 14ª edizione della kermesse dedicata al tonno con chef internazionali, live cooking, concerti e scoperta del territorio. *Greatest chefs live cooking and music events in honor of the bluefin tuna: this is a famous festival, now in its 14th edition.*
www.girotonno.it

1 - 6 giugno
Cagliari
Leggendo Metropolitano
EVENTO "La virtù è il massimo delle fortune" è il titolo di questo festival letterario internazionale. *An international literary festival.*
www.leggendometropolitano.it

7 - 14 giugno
Sassari
Festival musicale Abbabula
EVENTO Festival di musica d'autore nei rioni del centro storico d Sassari. / *A music festival in the old town district of Sassari.*
www.leragazzeterribili.com

9 - 12 giugno
Alghero (SS)
EVENTO **Rally Italia Sardegna**
Sesta tappa del Mondiale. *Sixth round of the Rally World Championship.*
www.rallyitaliasardegna.com

11 - 12 giugno
Arbatax - Tortolì (OG)
Arbatax Borgo Marinaro
EVENTO Bellezze naturali, degustazioni enogastronomiche, arti e mestieri di una comunità nata dall'incontro tra la tradizione marinaresca ponzese e quella agropastorale locale. *Food & wine tasting, and art & craft designing in a very special location and community.*
www.facebook.com/Arbatax-Borgo-Marinaro

16 giugno - 17 luglio
Isola di Tavolara (OT)
Festival del cinema "Una notte in Italia"
EVENTO Autori, interpreti e pubblico in uno splendido scenario. / *Directors, actors and spectators in a wonderful setting.*
www.cinematavolara.it

30 giugno - 3 luglio
Gavoi (NU)
XIII Festival Letterario della Sardegna
EVENTO
www.isoladellestorie.it

Eventi / Events

2 - 31 luglio
Nora (CA)
Festival Teatrale "La notte dei poeti"
EVENTO Festival del teatro d'autore nell'anfiteatro romano. *A theatre festival in the Roman amphitheatre of Nora.*
www.lanottedeipoeti.it

6 - 7 luglio
Sedilo (OR)
S'Ardia
TRADIZIONE In corrispondenza della festa di San Costantino, la sera del 6 e la mattina del 7 luglio, cento cavalieri si esibiscono in spericolate corse a cavallo. / *During the feast of St. Constantine, over one hundred riders perform in reckless horse racing.*
www.santuantinu.it

8 - 9 luglio
Cagliari
Poetto Wine Festival 2016
EVENTO Nella magnifica cornice del golfo degli Angeli, ecco il maggior evento enoico della Sardegna, con le migliori cantine. / *The greatest wine festival of Sardinia, with the best local wineries.*
www.poettowinefestival.it

8 - 20 luglio
Quartu Sant'Elena (CA)
Manifestazione folkloristica Sciampitta
EVENTO Danza e canto con i migliori gruppi folk. / *A song & dance festival with the best folk groups.*
www.sciampitta.com

9 - 23 luglio
Riola Sardo (OR)
Grandi eventi 2016
EVENTO Musica d'autore nelle cave d'arenaria. / *An international music and blues festival, a great event.*
www.sardegnaconcerti.it

10 - 15 luglio
Cagliari
European Jazz Expo 2016
EVENTO Festival internazionale di jazz. / *An international jazz festival.*
www.facebook.com/europeanjazzexpo

19 luglio - 2 agosto
Varie località
EVENTO **Festival letterario "Sulla terra leggeri"**
www.sullaterraleggeri.com

18 - 31 luglio
Arcipelago di La Maddalena (OT)
Festival del cinema "La valigia dell'attore"
EVENTO Dedicato al rapporto tra cinema e sceneggiatura in onore del grande sceneggiatore Franco Solinas. / *Dedicated to the relationship between cinema and screenplay.*
www.lavaligiadellattore.com

20 - 23 luglio
Narcao (CI)
Narcao Blues
EVENTO Festival dedicato al grande blues internazionale. / *An international blues music festival.*
www.narcaoblues.it

27 - 30 luglio
Cala Gonone (NU)
Cala Gonone 29°Jazz Festival
EVENTO Festival internazionale di jazz. / *An international azz festival.*
www.intermezzonuoro.it

29 luglio - 6 agosto
Cagliari – Lanusei – Tortolì – Arbatax
Rocce Rosse Blues
EVENTO Le straordinarie vie del blues in una vetrina prestigiosa per artisti di fama internazionale.
An international music and blues festival.
www.roccerosseblues.it

Festival "Una notte in Italia"

29 luglio - 4 settembre
Mogoro (OR)
Fiera del tappeto
ARTIGIANATO In esposizione il patrimonio dei saperi della cultura materiale della Sardegna tra tradizione e gusto contemporaneo, con le migliori produzioni di maestri artigiani e designer dell'Isola. *The most beautiful carpets and the best productions of Sardinian master craftsmen, and designers in this fair.*
www.fieradeltappeto.it

31 luglio - 4 settembre
Samugheo (OR)
Su Tessingiu
ARTIGIANATO Mostra dell'artigianato e dell'arte tessile sarda, 49ª edizione. *Sardinian textile art show, now in its 49th edition.*
www.murats.it

1 - 10 agosto
Jerzu, Ulassai, Osini (OG)
Teatro Festival dei Tacchi
EVENTO Festival di teatro e poesia, incontri con autori nella cornice naturalistica dei tacchi d'Ogliastra. / *A festival of theater and poetry in a picturesque natural setting.*
www.cadadieteatro.it

1 - 15 agosto
Oristano e comuni limitrofi
Dromos Festival
EVENTO Festival musica d'autore, blues e jazz. / *An international jazz & blues music festival.*
www.dromosfestival.it

7 agosto
Santadi (CA)
Matrimonio Mauritano
TRADIZIONE Gli sposi vestono i preziosi costumi tradizionali e il corteo nuziale si snoda tra i suoni delle *launeddas*. Volano petali di rosa e monete in segno di buon augurio. Il banchetto nuziale si svolge in piazza, tra canti e balli. *The bride and groom wear the precious traditional dresses and the wedding procession winds through the town, accompanied by the sounds of* launeddas.
www.comune.santadi.ci.it

8 - 16 agosto
Berchidda (OT)
Time in Jazz
EVENTO "Occhi" è il titolo della 29ª edizione di un festival di richiamo internazionale, ideato dal trombettista Paolo Fresu. *An internationally renowned festival, conceived by jazz musician Paolo Fresu.*
www.timeinjazz.it

14 agosto
Sassari
Faradda di li candareri
TRADIZIONE La "discesa dei candelieri" è una tradizionale festa che si rinnova da cinque secoli: 10 ceri votivi sono trasportati da piazza Castello alla chiesa di santa Maria di Betlem, dove viene sciolto il voto alla Madonna. / *An ancient religious celebration, set up five centuries ago.*
www.comune.sassari.it/servizi/cultura/candelieri

14 agosto
Nulvi (SS)
Essida de sos candhaleris
TRADIZIONE Tre candelieri, che rappresentano il gremio degli Agricoltori (*Sos Messaios*), quello degli Artigiani (*Sos Mastros*) e quello dei Pastori (*Sos pastores*), ciascuno di 9 quintali e 8 metri di altezza, sono sorretti da decine di persone. Uno spettacolo religioso ad alto impatto emotivo. / *A traditional religious celebration of high emotional impact.*
www.comune.nulvi.ss.it/candelieri

18 - 21 agosto
Isola dell'Asinara (SS)
Festival del cinema "Pensieri e parole"
EVENTO Dedicato al rapporto tra cinema e sceneggiatura, nella magnifica cornice del Parco Nazionale dell'Asinara. *Dedicated to the relationship between cinema and screenplay, in a wonderful setting.*
www.festivalasinara.it

28 - 29 agosto
Nuoro
Festa del Redentore
TRADIZIONE Questo appuntamento popolare è la più grande festa estiva della Sardegna. Tra i festeggiamenti in onore del Redentore, simbolo potente e solenne della città, da non perdere la maestosa sfilata dei costumi tradizionali, giunta alla sua 115ª edizione. / *The largest summer celebration in Sardinia. Do not miss the majestic parade of*

La Qualità e il Rispetto.

Tonno all'olio di oliva

Per una pesca ecosostenibile

FRIEND OF THE SEA

TUTTO IL CICLO PRODUTTIVO DEL NOSTRO TONNO È IN ITALIA.

Perché mantenere l'intero ciclo produttivo del tonno in Italia, e non soltanto "metterlo in scatola", significa produrre la vera Qualità Italiana. L'arte e l'esperienza nel selezionare, tagliare, cuocere, pulire il tonno sono alla base della nostra Qualità.

Perché mantenere tutte le fasi della produzione del tonno in Italia, senza cedere alla tentazione di delocalizzare le fasi più artigianali, vuol dire creare più posti di lavoro… più potere d'acquisto… ancora più posti di lavoro.

Perché per noi Qualità e Rispetto sono più di due parole.

www.asdomar.it

traditional costumes, now in its 115th edition.
www.festadelredentorenuoro.it

28 agosto
Santa Giusta (OR)
Regata de *Is fassonis*
TRADIZIONE Nello stagno di Santa Giusta, ecco una singolare regata di velocità con imbarcazioni tradizionali di antica origine fenicia. Realizzate con fascioni di canne, abbondanti sulle sponde dello stagno, sono spinte con una lunga pertica dal barcaiolo in piedi. / *In the Santa Giusta pond, a unique, spectacular regatta with ancient traditional boats.*
www.comune.santagiusta.or.it

24 - 28 agosto
Santa Teresa Gallura (OT)
Musica sulle Bocche
EVENTO 17ª edizione di un festival jazz internazionale in una splendida cornice naturale. *An international jazz festival, now in its 17th edition.*
www.musicasullebocche.it

28 agosto - 5 settembre
San Salvatore di Sinis, Cabras (OR)
Corsa degli Scalzi
TRADIZIONE Il piccolo villaggio di San Salvatore è lo scenario di questa corsa: *is Curridoris* percorrono a piedi nudi la processione che vuole essere di buon auspicio per il raccolto, la pescosità nello stagno e la fertilità delle greggi. / *An old barefoot running event and a land and sea fertility celebration in a small village near Cabras, in the Oristano province.*
www.corsadegliscalzi.it

1 - 10 settembre
Sant'Anna Arresi (CI)
Ai confini tra Sardegna e Jazz
EVENTO Grande musica jazz alla 31ª edizione, con seminari e varie attività collaterali. / *A great international jazz festival, now in its 31st edition, with workshops and related events.*
www.santannarresijazz.it

4 - 9 settembre
Selargius (CA)
Antico Matrimonio Selargino
TRADIZIONE Rivivono lo sfarzo e i colori delle cerimonie nuziali tradizionali del Campidano con il rito della *cadena,* simbolo del vincolo perpetuo instaurato dal sacramento. *Dedicated to the ancient wedding ceremonies and to the traditional marriage rites of Campidano region.*
www.prolocoselargius.it

Dalla prima settimana di settembre
28 paesi della Barbagia (NU)
Autunno in Barbagia
EVENTO Le case storiche dei paesi aprono i loro cortili, le *cortes*, durante i fine settimana per eventi enogastronomici e artistici. / *The historic houses of many villages of Barbagia open their backyards on the weekends to host gastronomic & artistic events.*
www.cuoredellasardegna.it

16 - 18 settembre
Carloforte, Isola di San Pietro
Festival del cinema *Creuza de ma'*
EVENTO Un festival dedicato al rapporto tra cinema e musica in un'isola incantevole. *Dedicated to the relationship between cinema and music in the magical setting of the San Pietro Island.*
www.festivalcarloforte.org

18 - 25 settembre
Cagliari
Round Sardinia Race
EVENTO Manifestazione velica internazionale inserita nel calendario ufficiale della Federazione Italiana Vela; in vari porti dell'Isola. *International sailing event. The regatta will involve many Sardinian harbors.*
roundsardiniarace.classemini.it

Paolo Fresu

29 settembre - 1 ottobre
Costa Smeralda (OT)
35° Rally Costa Smeralda - Sardegna 2016
EVENTO Appuntamento internazionale per tutti gli appassionati di rally. *An off-road competition and an adventure rally in the wonderful setting of Costa Smeralda.*
www.rallycostasmeralda.wordpress.com

6 - 10 ottobre
Cagliari
Karel Music Expo
EVENTO Festival internazionale di musica rock / *International rock music festival.*
www.voxday.com

13 - 16 ottobre
Cagliari
Tuttestorie
EVENTO Festival letterario dedicato a bambini e ragazzi, giunto alla 10ª edizione. *Literary festival dedicated to children and teenagers, now in its 10th edition.*
www.tuttestorie.it

17 - 23 ottobre
Porto Pollo, Palau (OT)
2016 IKA Kiteboarding World Championships
EVENTO Una tappa della Coppa del Mondo nelle specialità Freestyle e Big Air. / *A stage of the World Championship (Freestyle and Big Air).*
www.portopollo.it/it/kitesurf

Carnevale

Oristano
Sartiglia
TRADIZIONE La Sartiglia è una giostra equestre all'anello di origine medievale che si corre l'ultima domenica e il martedì di Carnevale a Oristano. Spettacolare rito propiziatorio con cavalieri in maschere androgine che ricordano echi di antichi duelli e nobiltà, per una festa ricca di valenze simboliche. / *Do not miss the Sartiglia, a spectacular carrousel of medieval origin, that takes place on the last Sunday and on the first Tuesday of Carnival.*
www.sartiglia.info

Santu Lussurgiu (OR)
Sa Carrela e nanti
TRADIZIONE Spericolata corsa a cavallo nelle strade del paese con formazione di pariglie. *A traditional, reckless horse race on the roads of a small town.*
www.sardegnaturismo.it/it/evento/sa-carrela-e-nanti
www.comunesantulussurgiu.it

Per l'elenco completo delle tradizionali feste di Carnevale, sia quelle di tipo goliardico, con i vari processi e condanne ai re del carnevale, sia quelle legate alla rappresentazione delle maschere antropomorfe della tradizione pastorale, consultare il sito: / *For other informations on Carnival look at the website:*
www.sardegnaturismo.it/it/articolo/carnevale-antichi-rituali

Pasqua

In tutta l'Isola
***Sa Chida Santa* e riti pasquali**
TRADIZIONE Dalla settimana antecedente la Settimana Santa alla domenica delle Palme e al *Lunissanti* di Castelsardo, quattro secoli di dominazione spagnola rivivono nei riti legati alla Passione di Cristo. Suggestive le processioni del Venerdì Santo con le cerimonie di *s'iscravamentu* ("deposizione"), e quella della Domenica con la cerimonia de *S'incontru*, l'incontro della Vergine con Gesù risorto. *The Holy Week in Sardinia is a unique experience: in many cities there are historical processions, ancient rites and secular traditions of Spanish origin.*
www.sardegnagrandieventi.it

Sant'Antioco (CI)
Festeggiamenti per Sant'Antioco
TRADIZIONE 15 giorni dopo Pasqua, Sant'Antioco ospita la più antica tra le feste dell'Isola. Gruppi folkloristici di tutta la Sardegna animano il borgo nei loro costumi tradizionali e rendono omaggio al santo Patrono dei sardi. / *A fortnight after Easter, Sant'Antioco houses the oldest Sardinian religious celebration, dedicated to St. Antiochus, the patron saint of the Island.*
www.comune.santantioco.ca.it, www.tuttosantantioco.it

Welcome to
Sardinia

ORA LIBERA TE STESSO, AL RESTO CI PENSIAMO NOI!

www.welcometosardinia.info

ADV: zisto.it

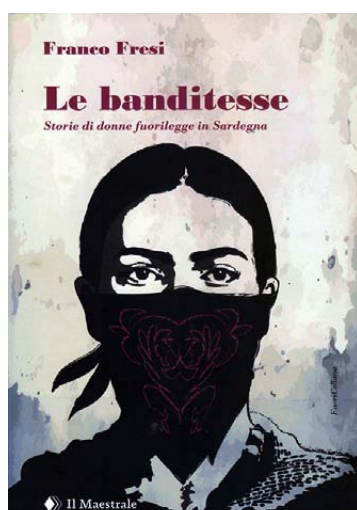
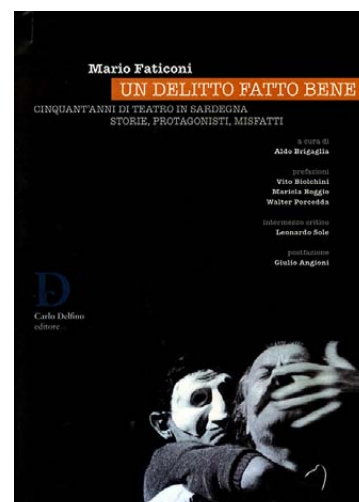
La costa delle miniere

La guida, attraverso testi, schede, foto e cartine dettagliate, propone un'escursione a piedi lungo la costa sud-ovest della Sardegna, inoltrandosi all'interno solo per brevi tratti. Il percorso di quasi 70 km va da Portoscuso alle dune sabbiose di Piscinas, e attraversa la selvaggia natura mediterranea e pagine millenarie di storia mineraria (tra le più importanti nel panorama europeo). L'itinerario, progettato per essere percorso nei due sensi di marcia, è suddiviso in cinque tappe per altrettanti giorni, e offre indicazioni sulle locali strutture ricettive in cui pernottare.
L'autore di questo volume, disponibile in tre diverse edizioni (italiana, inglese e tedesca), è sia una guida ambientale escursionistica che organizza "vacanze attive" nel sud-ovest dell'Isola e si è specializzata in turismo eco-sostenibile, sia un noto fotografo professionista. / *Here is a basic guide for organizing unforgettable hikes along the southwest coast of Sardinia, among astonishing coves, wild landscapes, and old mines. This guide is published in three different languages: Italian, English and German.*

Lino Cianciotto, *La costa delle miniere*, Edizioni Enrico Spanu, Cagliari 2016, 9,90 €.

Un delitto fatto bene

350 pagine, 300 immagini, oltre 2.000 nomi di protagonisti, luoghi e opere. Chi vuole capire la cultura sarda degli ultimi 50 anni non può fare a meno di leggere questa epica ricostruzione della storia del teatro sardo, unico in Italia per vitalità, iniziative, rappresentazioni e artisti. Sorprenderà scoprire che anche in Sardegna c'è stato chi ha provato a cambiare la società producendo spettacoli: si tratta di giovani e non più giovani, mossi da un inesauribile spirito di iniziativa e grande professionalità. Tutto nell'indifferenza del sistema politico che alla fine si rivela il vero artefice di quel «delitto fatto bene» (il titolo è mutuato da una battuta del *Woyzech* di Georg Buchner) e dei diversi misfatti che hanno caratterizzato il difficile rapporto tra l'iniziativa culturale e il potere pubblico. / *An interesting book if you want to understand the Sardinian culture of the last 50 years. Here you'll find a complete reconstruction of the history of Sardinian theater, a unique cultural phenomenon for its vitality, initiatives, organization and artists.*

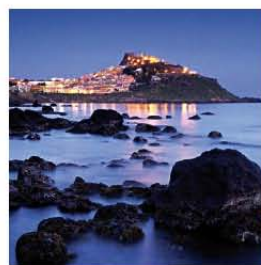
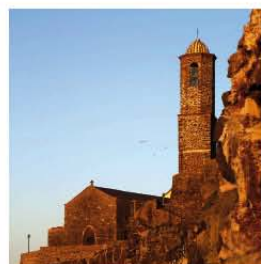
Mario Faticoni, *Un delitto fatto bene. Cinquant'anni di teatro in Sardegna*,
Carlo Delfino Editore, Sassari 2015, 25 €.

Le banditesse

«Con due mustacchi da granatiere, usa le armi e il cavallo come un gendarme»: così nel '700 il marchese di Rivarolo, viceré di Sardegna, scriveva al re descrivendo donna Lucia Delitala, la nobildonna di Nulvi che a capo di un "esercito" personale imperversò nel nord della Sardegna con stragi e razzie. Mai catturata, sparì improvvisamente nel nulla, ma prima che la sua scomparsa divenisse leggenda ne trovarono il corpo arso nell'incendio di una casa, abbracciato a quello di uno sconosciuto. Il libro è un'avvincente ricostruzione romanzata della vita di tre famose donne fuorilegge di Sardegna. Oltre a donna Lucia, la nuorese Maria Antonia Serra-Sanna, «triste figura di donna dal cuore perverso», e l'orgolese Paska Devaddis, vissuta alla macchia insieme al fidanzato e a un gruppo di banditi, e morta di tisi a 25 anni. / *The book is a compelling fictionalized reconstruction of the lives of three famous Sardinian bad girls, three* banditesse, *"female bandits": the noble Delitala Lucia, at the head of a private army, Maria Antonia Serra-Sanna, «a wicked heart woman», and the very young Paska Devaddis.*

Franco Fresi, *Le banditesse*, Edizioni Il Maestrale, Nuoro 2015, 13 €.

CASTELSARDO
900 ANNI DI STORIA.

Castelsardo è un borgo medioevale fortificato che conserva intatto, dopo novecento anni, il suo originario fascino.

Le antiche tradizioni, il caratteristico artigianato, il porto turistico, le trasparenze e i colori di uno splendido mare e una ristorazione di eccellenza, rendono Castelsardo il luogo ideale per delle piacevoli vacanze in ogni periodo dell'anno.

www.portodicastelsardo.com
www.castelsardoturismo.it

Spiagge e cinghiali

Giornalista e scrittore, Giovanni Floris ha lavorato in Rai dove è stato anche corrispondente da New York. Dopo aver contribuito a creare e aver condotto per 12 anni la trasmissione Ballarò*, è passato su La7 con* diMartedì*, talk show di successo su temi di attualità, politica, economia e società. Sposato, due figli, è nato a Roma da famiglia di origini sarde; ama il calcio e la Sardegna, passioni protagoniste del suo ultimo romanzo,* La prima regola degli Shardana*. Gli abbiamo chiesto qual è la sua idea dell'Isola: un'immagine tratteggiata sul filo dei ricordi.*

Cos'è la Sardegna per me? Risposta difficile, perché la domanda è troppo semplice. Mi vengono in mente due episodi.

Tempo fa dalle parti di Chia finii a pranzo con un archistar le cui opere sono ammirate in tutto il mondo. Mi spiegò che il villaggio anni 80 che ci ospitava sarebbe presto diventato un mega resort a mille stelle, completo di eliporto e aree golf perfettamente incastonate nel contesto. Un bellissimo progetto, rispettoso dell'ambiente e vantaggioso per l'economia locale. Lo salutai e dopo pranzo mi avviai in macchina verso la spiaggia. Passammo davanti a una porcilaia delimitata da una rete, e ci fermammo per far vedere i maiali ai bambini. Oltre la rete erano in realtà dei cinghiali che reagirono con nervosismo alla nostra presenza. Sicuri della recinzione, ci fermammo a guardarli, poi risalimmo in auto. Mentre andavamo via, sentimmo un gran frastuono: dal retrovisore vidi sbucare due cinghiali infuriati da un buco nella rete. Se fossimo rimasti a guardarli anche un secondo in più, ce la saremmo vista brutta. L'archistar e i cinghiali, separati da poche centinaia di metri e condannati a convivere.

Episodio numero due. Quando ero ragazzino, a 12 o 13 anni, andavo in vacanza a Cala Gonone, sul golfo di Orosei. Un posto splendido, spiagge bellissime, da Cala Luna a Cala Fuili. Da bambini, però, il nostro obiettivo era scavalcare il cancello d'ingresso del villaggio vacanze Palmasera. Lì era una piscina a forma di otto che, proprio perché riservata ai clienti, era per noi di gran lunga preferibile ai paradisi naturali attorno. Un giorno, con un gruppo di amici e cugini, trovammo il classico buco nella rete. Diversamente dai cinghiali non volevamo scappare dal recinto: ci volevamo entrare. Facemmo pochi metri all'interno del villaggio, poi un giardiniere riconobbe gli intrusi, troppo spaesati e selvatici per circolare in un villaggio di paciosi continentali. Ci disse solo due parole: *«A fora!»* («fuori di qua!»). Non ci diede neanche il beneficio del dubbio, ci cacciò direttamente in dialetto. La natura del gruppetto di piccoli intrusi nell'enclave dei turisti parlava chiaro, e alla natura fummo restituiti. E finimmo a fare il bagno nella splendida spiaggia di *tziu martine.*

Giovanni Floris

È ambientato in Ogliastra l'ultimo romanzo di Giovanni Floris. Una storia di amicizia e di riscatto sullo sfondo di panorami assolati e affascinanti.

La prima regola degli Shardana, Feltrinelli 2016, 336 pagine, 18 €.

Beaches and boars

Journalist and writer, Giovanni Floris worked in Italy's national public broadcasting company, and was the anchorman of a successful TV programme, Ballarò*, for 12 years. Now he is the anchorman of* diMartedì*, a talk show on current affairs and politics at La7, a national private broadcasting company. Married with two children, he was born in Rome but his family is of Sardinian origin; he loves both football and Sardinia, as stated in his latest novel,* La prima regola degli Shardana*. We asked him to write about "his" Sardinia on the thread of memories.*

What does Sardinia mean for me? The answer is difficult because the question is too simple. Two incidents come to my mind.

The first: some time ago, round about Chia, I had lunch with an architectural "superstar'" whose works are admired everywhere. This person explained that the 80s tourist village where we happened to be would soon become a five-star resort complete with a heliport and a golf course perfectly integrated into their setting. It would be a wonderful project and respectful of the environment as well as beneficial to the local economy. I said goodbye and headed by car to the beach. We passed in front of a pig-pen enclosed by a fence and stopped so the kids could see the pigs. On the other side of the netting were, in fact, wild boars, nervous at our approach. Feeling safe because of the fencing, we stopped to take a look at them and then got back in the car to go off. Just as we were starting we heard a huge rumpus. There was a hole in the fence and in the rear view mirror I could see two angry wild boars. If we had stayed even an instant longer looking at them something nasty might have happened. The architectural superstar and the wild boars, only a few hundred metres apart, were condemned to a shared existence.

The second incident. When I was just a kid, about 12 or 13, we went on holiday to Cala Gonone, on the Gulf of Orosei. What a marvellous place! Wonderful beaches stretch from Cala Luna to Cala Fuìli. As we were just little kids, it was always our aim to climb over the gates and get into the holiday village Palmasera. There was a swimming pool, reserved only for its clients, and this was for us greatly preferable to any natural paradise that we could have known about. One day, together with some of my cousins and friends, we found the classic hole in the fence. Different from the wild boars, we did not want to get out but to get in. We had only gone a few metres into the resort area when a gardener spotted the intruders, too wild looking and unkempt to be able to pass in a resort for the sleek continentals. He uttered only two words: «*A fora!*» («Get out of here»). He didn't even give us the benefit of the doubt but chased us away in dialect. The "nature" of the little group of intruders in this tourist enclave was clear enough and we returned to another form of "nature". Thus we finished up taking our swim on the splendid beach of *Tziu Martine*.

Giovanni Floris

The latest novel by Giovanni Floris, set in the sunny and charming Ogliastra landscape, is a story of friendship and redemption.

La prima regola degli Shardana, Feltrinelli 2016, pages 336, 18 €.